



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com](http://lezzetler.com) Yemek Tarifleri Sitesi

UN HELVASI

Malzemeler

250 gram un (5 kah. fincanı)
190 gram yağ (3 kah. fincanı)
275 gram toz şekeri (4 kah. fincanı)
1259 gram su (5 bardak)

Bir tencereye 3 kahve fincanı tereyağı koyarak hafifçe kızdırmalı sonra kızdırılmış bu yağa, elenmiş 5 kahve un ilave ederek un hafifçe esmerleşip de meyanesi gelinceye kadar aşağı yukarı 30-40 dakika arasında ortadan daha az hararettteki ateşte durmadan karıştırarak kavurmalıdır.
Başka bir tencereye 4 kahve fincanı toz şekeri ile 5 bardak yani 17 kahve fincanı su koyarak bunlar kaynatılır.
Bu şurubu yukarıdaki karışıma ilave ederek hepsini iyice bir karıştırmalı sonra da tencerenin kapağını kapatarak helvayı gayet hafif ateşte yirmi dakika kadar demlendirmelidir.