



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

BAL HELVASI (GÜRÜN SİVAS)

Gürün Kaymakamığı

Unun tereyağı ile kıvamınca kavrulmasından sonra (Un fazla kavrulur, rengi koyulaşırsa helvaya geçmiş derler) az sulu veya sütlü süzme bal katılarak helva hazırlanır. Hatta tepsiye alınan bu helvalar üzerine ayrıca petekli bal (dalak balı) konulup yenilir.
