



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

BASMA HELVA (TOSYA KASTAMONU)

Kuzey Anadolu Kalkınma Ajansı

600 gr. Şeker
600 gr. Ayçiçek yağı
600 gr. Has un
500 gr. Dişli irmik
600 gr. Su
250 gr. Ceviz

Bir tavaya yağ konur ve kızdırılır.
İrmik karıştırılarak ilave edilir.
Kaynadıktan sonra un da eklenir. Böylece karıştırılmaya devam edilir.
Miyanesi (kıvam) gelince ceviz atılır.
Şeker ayrı bir kaptaki su ilave edilerek kaynatılır.
Kaynar kaynamaz ateşten alınır.
Miyanesi gelen helvaya şurup eklenir.
Tabaklara alınan helva, kaşık bastırılarak biçimlendirilerek helva servis edilir.