



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## BATAK HELVASI (ANKARA)

Ankara İl Kültür Turizm Müdürlüğü

1 su bardağı un  
1 su bardağı pekmez  
Yarım su bardağı sıvı yağ

Tencereye yağ konur, üzerine un ilave edilerek iyice karıştırılır, hafif ateşte pembeleşinceye kadar 15 dakika kavrulur. Pekmez ayrı bir kaptaki kaynatılır ve unun üzerine ilave edilir. 4 dakika daha ocakta karıştırılır. Ocaktan alınır, bir kaba boşaltılır ve üzeri kaşıkla düzeltilir.

Not: Kaşık kalıbı yapılarak bir kaba alınırsa "KAŞIK HELVASI", pekmez ölçüsü arttırılarak yapılırsa "TEZ GELDİ" adı verilir.