



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## ÇAM FISTIKLI İRMİK HELVASI

500 gr irmik  
250 gr tereyağı  
2 paket Çam Fıstığı  
1 litre süt  
3 su bardağı tozşeker  
4 tatlı kaşığı tarçın

Çam Fıstığı'nı 1 çorba kaşığı tereyağında hafif pembeleşene kadar kavurun. Kalan tereyağı ve irmiği ekleyip, irmiğin rengi dönene kadar sürekli karıştırarak kavurmaya devam edin. Ayrı bir tencerede süt ve tozşekeri kaynatın. Ocaktan alın. Sıcak şerbeti yavaşça irmiğe katarken bir yandan da karıştırın. Kısık ateşte şerbeti çekene kadar pişirin. 15 dakika dinlendirdikten sonra üzerine tarçın serpin.