



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

CAN ÇEK HELVA

1 su bardağı un
1 su bardağı irmik
1 su bardağı şeker
2 çorba kaşığı tereyağı
1 çorba kaşığı kakao
2,5 su bardağı su

Tencereye tereyağı, irmik ve şeker konur, orta ateşte 10 dakika kadar kavrulur, kakao eklenir, biraz daha çevrilir. Üzerine şekerli su ilave edilir. Kaynamaya başlayınca, karıştırılır, ateş azaltılır. Suyu tamamen çekene kadar pişirilir. Ateşten alınır. Üzerine emici bir kağıt yerleştirilir. 20 dakika sonra ıslak kaşıkla servis tabağına konur.