



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## CEVİZLİ HELVA

4 orba kaşığı tepelene tereyağı  
3 su bardađı un  
1 su bardađı tahin  
Şerbeti için:  
2 su bardağı toz şeker  
2 su bardađı su  
Ceviz içi

Tencerede yağı eritip üzerine unu ekleyin ve unun kokusu çıkıncaya kadar kavurun. Rengi değişince de üzerine tahini ekleyip kavurmaya devam edin. Diđer taraftan da şeker ve suyu kaynatıp ılınınca kavurduğunuz un ve tahin karışımının üzerine dökün. Karıştırıp kapağını kapatın. Biraz çekince kaşıkla şekil verip servis tabaklarına dizin.