



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## CEVİZLİ UN HELVASI

Mutfak Ürünleri ve Margarin Sanayicileri Derneği

6 Çorba Kaşığı (200 Gr) Margarin  
3 Su Bardağı Tozşeker  
4 Su Bardağı Su  
2 Su Bardağı Un  
1 Su Bardağı Kiyılmış Ceviz İçi

Margarini tencereye alın ve erimeye bırakın. Bu arada şerbeti için tozşeker ve suyu ayrı bir tencereye koyun ve kaynamaya bırakın. Kaynadıktan sonra şerbeti bir kenara alın ve hafif ılıtın. Eriyen margarinin içine unu ekleyin unun rengi dönüp kokusu çıkana kadar orta ateşte tahta bir kaşıkla sürekli karıştırarak kavurun. Rengi koyulaşmaya başlayınca cevizi ilave edin. 2-3 dakika daha kavurduktan sonra ılıtilmiş şerbeti ekleyin ve bir kez karıştırıp tencerenin ağzını kapatın. Ocağın altını kısın ve tekrar şerbet ile helvanın özleşmesi için 2-3 dakika daha karıştırın. Çorba kaşığı ile şekillendirip servis tabağına alın.

Püf Noktası: Lezzeti ve kıvamı mükemmel bir helva elde etmek için unun rengi dönene dek orta ateşte sürekli karıştırarak kavurun. Şerbetini ekledikten sonra da topaklanmaması için şerbeti çekene dek karıştırmaya devam edin. Helvanıza arzunuza göre ceviz yerine fındık, dolmalık fıstık ya da badem de ekleyebilirsiniz.

