



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

## FIRINDA CEVİZLİ PEKMEZLİ HELVA

50 gr. tereyağı  
1/2 bardak un  
2 bardak soğuk süt  
1 bardak tahin  
1.5 bardak pekmez  
1/2 su bardağı ceviz içi  
1/2 çay kaşığı muskat rendesi

Bir tencereye tereyağı eklenir. Tereyağı eriyince un ilave edilerek bir miktar kavrulur. Kavrulan unun içine soğuk süt, pekmez ve tahin ilave edilip hiç durmadan karıştırılır. Son olarak ceviz ilave edilir. Eğer çok koyu olursa biraz daha süt eklenir. Kek hamuru kıvamında olması gerekir. Helva, toprak güveçlere alınır. Önceden 200 derecede ısıtılmış fırında yaklaşık 20-30 dk. pişirilir. Üzeri hafif karamelize olunca fırından çıkarılır.

