



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

FIRINDA SUSAMLI TAHİN HELVA

50 gr. tereyağı
1/2 bardak un
2 bardak soğuk süt
1 bardak tahin
1.5 bardak pekmez
2 yemek kaşığı kavrulmuş susam
1/2 çay kaşığı muskat rendesi

Bir tencereye tereyağı eklenir. Tereyağı eriyince un ilave edilerek bir miktar kavurulur. Kavurulan unun içine soğuk süt, pekmez ve tahin ilave edilip, hiç durmadan karıştırılır. Susam eklenir. Son olarak muskat ilave edilir. Eğer çok koyu olursa biraz daha süt ilave edilir. 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.