



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## HELİSE (VAN)

<https://www.kulturportali.gov.tr>

Den  
Parça et  
Tuz  
Yağ

Kazanın içine yarıya kadar su doldurulup tandırın üzerine koyulur. Kaynadıktan sonra içine iki teneke (15-16 kg) den koyulur. Helise için özel olarak yapılmış ahşap karıştırıcı ile gidip gelip karıştırılır. Den iyice açılıp suya karışınca parça et katılır. Yine karıştırılır. 6-7 saat sonra kazan tandırın içine bırakılır. Etrafı çamurla kapatılır. Düşünden 10 dakika önce açılıp tuz katılır. Servis sırasında üzerine kızdırılmış yağ gezdirilir.

Not: Bu yemek, düğünlerde ve bayramlarda pişirilir. Erkekler tarafından yapılır. Eskiden toprak, şimdi ise alüminyum kazanlarda yapılmaktadır. Genellikle köy muhtarının evinde ve köyün en yaşlısı tarafından yapılır. Bayramın ilk günü bayram namazından sonra bu evde toplanılır ve helise ile bütün köy erkekleri kahvaltı eder.

