



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

---

## HELİSE (VAN)

Van Vakfı

Yemeğin en önemli özelliği güveçte (Çölmekte) pişmesidir. 7 su bardağı su güvece konur, döğme ile pişmiş tavuk eti ve tuz kaynayan suya atılır. Kaynamaya bırakılır. Sürekli kaynayan güveçte malzemeler tahta bir kaşıkla çirpılarak karıştırılır. Eğer su azalmış malzemeler pişmemişse çay bardağı ile su ilave edilir. Yemek muhallebi kıvamına gelince tabaklara alınır. Yemeğin ortası hafifçe çukurlaştırılır, eritilmiş tereyağı veya sana yağı çukura dökülür ve servis yapılır.

[ML® Murtağa için tıklayın](#)

[ML® Murtağa \(görsel\)](#)