



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

HELVALAR HAKKINDA

Ömür Akkor

Helva, Osmanlı ve Türk mutfağının temel tatlılarından biridir ve Osmanlı mutfak sözlüğünde "tatlı yiyecekler ve şekerlemelere verilen genel ad" olarak tanımlanır.

Kelime köken olarak Arapça "halva" yani tatlı sözcüğünden dilimize geçmiştir. Biz şimdilerde çok az çeşidini bilsek de eski mutfağımızda dövülerek yapılan, kavrulmuş yapılan, şerbetle pişen, kızgın yağda pişirilen ve macun cinsinde birçok türü vardır.

Genel olarak helvaları ve türlerini birkaç başlık altında toplamak istersek;

Havanda dövülerek yapılan helvalar:

Ceviz, fıstık, badem gibi çerezlerin mermer havan yahut ahşap havanda bin kereye yakın dövülerek helva haline getirilmesi ile yapılan türdür ve kullanılan çereze göre isimlendirilir. Badem helvası, leblebi helvası, ceviz helvası, fıstık helvası gibi.

Tel tel çekilerek yapılan helvalar:

Kaynatılmış şeker veya pekmezden ağdası hazırlanır, daha sonra bu çekilerek beyazlatılıp tel tel hale getirilir. Sivas, Erzurum, Bayburt, Kayseri, Gaziantep tel helvaları, Kastamonu'nun çekme helvası, Bolu'nun tepme helvası ve en nihayet İzmit'in pişmâniyesi bu helvaların en meşhurlarıdır.

Kavrularak yapılan helvalar:

Genel olarak yağda un, irmik, nişasta, badem unu gibi malzemelerin kavrulmasının ardından şeker yahut şerbet eklenmesi ile yapılan helva türüdür. Şekerin haricinde bal ve pekmez kullanılarak yapılan tarifleri de mevcuttur. İrmik, bal, asude, bayram, billuriye, Cem Sultan, düğün, gaziler, gullabiye, ishakiye, memnuniye, mafiş, canki, pirinç, reşidiye, saray, helva-i hakani bu tür helvaların en bilinenleridir.

Şerbetli ve kızartılarak yapılan helvalar:

Genel olarak kavrulmuş pişen helvaya şerbet ilave edilerek ya da pişen karışımın şerbete, bala yahut pekmeze atılıp dinlendirilmesiyle yapılan helva türleridir. Helva-ı kahi, kara kabak helvası, ballı, saray, derviş, halife, kadı, namaz, kak ve patates lokmaları bu tür helvalardandır.