



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## HELVA HAKKINDA

Helva yapımı ülkemizde köy ve kasabalara kadar yaygın olan kültürümüze özel denebilecek bir tatlıdır. Helva, Arapça dilinde genel itibarı ile tüm tatlıları ifade etmek için kullanılır ve kelimenin kökü hulviyyat sözcüğünden gelmektedir. Yine Arapçaya özgü olarak helva kelimesi tatlı kelimesiyle bir anlamda kullanılırken bu durum Türk mutfağında binbir çeşit tatlılar içerisinde malzemesi olsun hazırlanış tekniği olsun ve sunumuyla kendine özgü ayrı bir kolu ifade eder.

Helva tarihi açısından ev içindeki yaşamın bir unsuru olarak helva sohbetleri, masallar, meddah gösterilerinin yanında buna kukla ve Karagöz etkinliklerinin de katılmasıyla daha da renklenirdi. Helva sohbetleri konakların özel selamlık dairelerinde yapılan sadece erkeklere özgü programlardı. Kimi zaman da harem bölümüne özel olarak kadın ve çocukların katıldığı ayrı bir helva sohbetleri düzenlenirdi.

Ayrıca eskiden kış mevsimine denk gelen Ramazan aylarında soğuk kış gecelerinin başlıca eğlenceleri haline gelmişti helva sohbetleri. Devlet erkânından tutun da orta halli insanlara kadar her sınıfı kendi muhitinde dedelerinden gördüğü adet üzerine helva sohbetlerini düzenlerdi her aile.

Ek olarak belirtmek gerekirse vezirlerin helva sohbetleri pek tantanalı olurmuş. Bu helva sohbetlerinde her sınıftan insanlar kendi zevklerine göre toplantılar yaparak uzun Ramazan gecelerini eğlence ve sefa içinde geçirirlermiş.

Faydaları saymakla bitmeyen helva tatlısı, irmik unu, şeker, su, tuz ve tarçın ile yapılan özellikle de dünyada Orta Doğu ve Ön Asya'da oldukça fazla sevilen özel bir tatlı çeşitleridir. Helva, esasında Türkiye başta olmak üzere ve bir çok Orta Doğu ülkesinde yaygın olarak yapılan kültürel bir tatlıdır. Bu manada helvanın pek çok farklı ülkede birçok farklı çeşidi yapılmaktadır. Öte yandan amin çorbası olarak da bilinen helva yemeklerden sonra en son olarak ikram edilir. Bizim mutfağımızda özellikle çeşit olarak un helvası ve irmik helvası yaygın olarak daha fazla yapılmaktadır.