



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

HELVALAR

Aydın Valiliđi

Helvalar bizim mutfaklarımıza bozkır kültüründen gelmiştir.

Sarayların zel bölümlerinden biri de helvahanelerdir.

Osmanlı sarayında helva; doğumda, şehzadenin tahta geçişinde ve zafer kazanıldığında mutlaka pişirilirdi.

Kısaca geçmişten günümüze helva insan hayatında acı ve tatlı günlerin vazgeçilmez bir lezzetidir.
