



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

HURMALI İRMİK HELVASI

1 su bardağı irmik
1.5 su bardağı şeker
2 su bardağı süt
50 gram tereyağı ve az zeytinyağı
10-15 adet hurma
Ceviz veya dolmalık fıstık

Yağlar tencere koyulur, ceviz ilave edilip 2-3 dakika kavrulur. Ardından irmik dökülüp kavurmaya devam edilir. Rengi dönünce ufak ufak doğranmış hurmalar eklenir. İstenilen rengi alınca kadar kavurmaya devam edilir. Bu arada şeker ve süt bir tencereye koyulup ısıtılır. Şekerli süt, kavruan irmiklerin üzerine dökülür ve kısık ateşe alınır. Suyunu tamamen çektikten sonra altı kapatılıp havlu kağıt koyup demlenmesi beklenir.

