



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

İRMİK HELVASI

2 su bardağı irmik
2 yemek kaşığı tereyağı
1,5 su bardağı şeker
2 su bardağı su (sütle de yapılabilir)
İsteğe göre fıstık

İrmik helvası için önce yağı eritin. İrmigi içine ekleyin ve kısık ateşte irmikler pembeleşene kadar kavurun. Daha sonra fıstıkları ilave edin ve kavurma işlemine fıstıklar da pembeleşene kadar devam edin. Bu sürenin sonunda şekeri ekleyin ve birkaç dakika daha şekerle kavurun. Koyu olmasını isterseniz çok kavurun. Kavurmanın sonunda altını kısaktan normale getirip suyu ekleyin veya sütle yapacaksanız sütü ekleyin. Kaynayana kadar karıştırın. Kısık ateşte birkaç kez karıştırdıktan sonra katılaştıktan sonra altını kapatın ve dinlenmeye bırakın. İçine fıstık kullanmadıysanız fıstıkla veya cevizle süsleyebilirsiniz.

