



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KABAK HELVASI

Kullanılacak malzeme :

2 kilo kabuğu, çekirdeği çıkarılmış kestane kabağı,

1 kilo toz şekeri,

1/2 kilo kavrulmuş fındık içi.

100 gram rendelenmiş hindistancevizi,

10-15 damla bergamot esansı,

yeteri kadar su.

Yapımı :

Kestane kabağının kalın kabuğunu kesip attıktan ve çekirdeklerini çıkardıktan sonra bunları küçük dilimlere doğramalı. Tartı işini ancak bundan sonra yapmalı, çünkü yukarıdaki ölçü ve birbirlerine olan oran kırıksız ve çekirdeksiz kabağa göredir. Doğandıktan sonra yıkanmış ve kurulanmış kabak parçalarını bir helva tenceresine koymalı. Üzerlerine toz şekerini serpererek dökmeli. Kabak parçalarını şekerle karıştırdıktan sonra kabağın pişerken su koyverceğini düşünerek, şekeri isletip eritecek kadar da su kattıktan sonra kabı orta ısıllı bir ateşe oturtmalı. Tahta bir kaşıkla karıştırarak kabak parçaları iyice eriyip koyuca bir macun elde edilinceye kadar tenceredekileri kaynatmalı. Bu arada gerektiğinde kaynar su katmayı ihmal etmemeli. Tahta bir kaşıkla karıştırılarak pişirilecek kabak parçaları iyice dağılıp şerbetle koyuca bir macun durumuna gelinceye kadar tenceredekileri kaynatmalı. Macunun kıvamını anlamak için tahta kaşıkla tencereden bir leblebik parça almalı. Bunu iki parmak arasında yuvarlamalı. Parmaklar açılınca, leblebi biçimine getirilmiş bu macun parmaklardan birine yapışık kalmalıdır. Şekerli kabak macunu kıvamını bulunca tencereyi ateşten indirmeli ve hemen içine 200 gram kavrulmuş fındık içini atıp karıştırarak bunları helvaya yedirmeli. Bu işlemi yaparken karışıma damla damla akıtarak bergamot esansını da katmalı. Helvanın içine atılan fındıklar buna yerleştirilince tenceredekini nemli bir hamur yoğurma mermerine boşaltmalı. Bir spatula ile şekillenerek helvaya dikdörtgen biçimi vermeli. Bir kenarda duran 300 gram kavrulmuş fındığı teker teker alıp helvanın üstüne bastırarak yapıştırmalı; tatlıyı soğumaya bırakmalı. Helva soğuyup oldukça katı bir hale gelince her defasında soğuk suya batırılacak bir bıçak veya satır ile bunu dilimlere kesmeli. Rendelenmiş hindistancevizine bulandıktan sonra mukavva kutulara yerleştirip rutubetsiz bir yerde saklamalı. Servis yapılacağı vakit gerektiği kadarını bir tatlı tabağına koyup üstüne bir tutam kadar kıyılmış antepfıstığı serpmeli ve böylece servis yapmalı.