



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KAR HELVASI

Pekmez

Kar

Osmanlı döneminde Yavuz Sultan Selim zamanında kar helvası tatlının olduğu günümüze gelen söylentilerden biridir. Yatağında ''karma'' Kahramanmaraş'ta ''karsambaç'' Şanlıurfa'da ''karmaya'' veya''karlamaç'' Balıkesir' de ''kar helvası'' adıyla bilinir. Kışın mağaralarda saklanan karlar, yazın şehirlere ve köylere indirilir. Karla pekmez karıştırılarak yenir.
