



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## KARA ÇUVAL HELVASI (ÇORUM)

Kenan Pala

Buğday unu 200 gram  
Kara pekmez 250 gram  
Su 50 mililitre

Uygun bir tavada un pembeleşene kadar kavrulur.  
Ateşten alınıp ılıması beklenir.  
Ilıyınca su ile açılmış kara pekmez ilave edilerek bir süre karıştırılır.  
Kıvam alan helva tercihe göre şekillendirilip servise hazırlanır.

---