



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KAŞIK HELVA (KASTAMONU)

Aydođan Aydođdu - Metin Mızrak

250 gr. Tereyađı
1/2 kg Un
700 gr. Őeker

Tereyağı kısık ateŐte yavaŐ yavaŐ eridikten sonra un ilave edilir.
45-50 dakika kısık ateŐte devamlı karıŐtırılarak kavrulur.
Toz Őeker ilave edilir. Tahta kaşık ile Őeker una yedirilir.
5-10 dakika karıŐtırdıktan sonra kaŐıkla Őekil verilerek tepsiye dizilir ve soğumaya bırakılır.

