



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KENEVİR HELVASI (KONYA)

Yarım kg kenevir tohumu
Yarım litre üzüm pekmezi
1 su bardağı tuzsuz leblebi
1 su bardağı ceviz
1 su bardağı fındık
1 su bardağı badem

Kenevir yağsız olarak rengi değişene kadar kavrulur. Bir tencereye pekmez konur ve kaynatılır. Bu arada leblebi toz olana kadar blenderde çekilir ve servis yapılacak kabın dibine yayılır. Kaynayan pekmeze kavrulan kenevir, iri çekilmiş badem, ceviz ve fındık eklenir, karıştırılır. Leblebi tozunun üzerine dökülür. Donunca servis yapılır.
