



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## KENEVİR HELVASI

Hacer Topbaş

250 gr. Kenevir Tohumu (Çedene)  
Yarım su bardağı Badem  
Yarım su bardağı Susam  
Yarım su bardağı Ceviz  
Yarım su bardağı Fındık  
Yarım su bardağı Leblebi  
125 gr. Üzüm Pekmezi  
750 ml Süt  
3 çorba kaşığı Pirinç Unu  
7 çorba kaşığı Toz Şeker  
1 çorba kaşığı Tereyağı

250 gr kenevir tohumunu süzgeçte bol su ile yıkayın. Daha sonra geniş bir tavada ve yüksek ateşte sürekli karıştırılarak yaklaşık 10 dakika kavurun. ½ çorba bardak ceviz, badem ve fındığı valsoda dişe gelecek kıvamda çekin.yarım su bardağı susamla birlikte kenevirin üzerine ekleyerek, kavurma işlemine devam edin. Bu esnada kenevir tohumları patlamış mısır edasıyla tavada şenlenmeye başlayacak. 10 dakika daha kavrulduktan sonra 125 gr üzüm pekmezi ve 4 çorba kaşığı toz şekeri ilave edin ve karıştırarak kavurmaya devam edin. Yoğun bir kıvama geldikten sonra ocağın altını kapatın. Muhallebisi için 750 ml sütü, 3 çorba kaşığı pirinç unu ile açarak karıştırıp bir tencerede kaynatın. 7 çorba kaşığı toz şeker ekleyin ve kıvamı yoğunlaşınca 1 çorba kaşığı tereyağı ile lezzetlendirin. Daha sonra ılıması için bekletin.yarım su bardağı leblebiyi valsoda çekip, un kıvamına getirin. Hem tatlıya lezzet vermesi hem de servis tabağından rahat çıkması için, servis tabağına un haline gelen leblebiyi serin. Leblebinin üzerine yerleşen tatlıyı kaşık yardımıyla bastırılarak düzleştirin ve üzerine hazırladığınız muhallebiden gezdirerek, buzdolabında soğumaya bırakın.

