



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KIRIKLI HELVA (BATI TRAKYA)

3 su bardağı nişasta
3 su bardađı su
3 su bardağı tozşeker
1 çay fincanı sıvıyağ
3 çorba kaşığı tereyağı

Nişasta, su ve şekerini, geniş bir tencerede karıştırarak pişirin. Katı bir hamur olana kadar pişirdiğiniz karışıma, sıvıyağı ve daha sonra da tereyağını yavaş yavaş yedirin. Kırık yaparak karıştırın ve rengi sararana kadar pişirin.
