



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

MAVİ HAŞHAŞLI HELVA

1 ay bardağı mavi haşhaş
1 ay bardağı un
2 su bardağı süt
1 su bardağı toz şeker
50 gr tereyağı
1 fiske tuz
10 gr fıstık
4 dal nane

Tereyağını tavaya koyup eritin.

İrmik ve haşhaşı ekleyin. İrmik hafif pembeleşince unu ekleyin. Kavruk renk alıncaya kadar kavurun.

Süt ve şekerini bir kaptaki şeker eriyene kadar karıştırın. Ben soğuk süt kullandım.

Sütü, haşhaş, irmik ve unun üzerine döküp hızla karıştırın.

Toparılandıktan sonra 2-3 dakika boyunca karıştırarak pişirmeye devam edin.

Hafif ılınınca kalıpla şekillendirin veya elinizle köfte gibi şekillendirin.

