



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

MISIR UNU HELVASI

150 Gr Sana Mutlu Aile
4 Su Bardağı mısır unu
1,3 Su Bardağı süt
1 Su Bardağı ceviziçi
1,3 Su Bardağı şeker
3,5 Su Bardağı antepfıstığı

Ceviz içini robottan geçirerek iri çekilmiş duruma getirin Sütle şekeri eriyinceye kadar karıştırıp, bir taşım kaynatın ve sıcak olarak tutun Bir tencerede yağı eritin Mısır ununu katıp, kısık ateşte sürekli karıştırarak unun rengi dönüp, pembeleşinceye kadar kavurun Cevizi ve fıstığı katın Sıcak şekerli sütü üzerine boşaltın İyice karıştırıp, tencerenin kapağını kapatarak yaklaşık 20 dakika pişmeye bırakın Pişen helvayı ateşten alın Tencerenin ağzına bir havlu kağıt koyup, kapağını kapatarak helvayı soğumaya bırakın Kaşıkla biçimlendirerek tabaklara aktarın, servis yapın Not: Bu helvada ceviz içi yerine çamfıstığı da.