



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

NİŞE HELVASI

250 gr buğday nişastası
400 gr ceviz içi
1 çay bardağı sıvı yağ
2,5 su bardağı su
2 yk sana
1 çay bardağı toz şeker
1 çay bardağı üzüm pekmezi

Pekmez ve yağlar teflon tencereye boşaltılarak ateşe konur. Pekmez ile yağ iyice karışana kadar pişirilir. Nişasta ile su iyice yoğrulduktan sonra pişen pekmezin içine bir bardak toz şeker ilave edilerek ateşte karıştırılır. 20 dk. kadar tahta kaşıkla iyice özleşene kadar pişirilir. Ayrı bir teflon tavada cevizler doğranarak ateşte kuru kuru kavrulur. İyice özleşen helva, servis tabağına alınarak üzeri cevizle süslenerek servis yapılır.

