



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

OVMA HELVASI (ISPARTA)

Isparta İl Kültür ve Turizm Müdürlüğü

1 kg Pekmez
1,5 kg Buğday Nişastası
3 Çorba Kaşığı Tereyağı
Su
250 gr Ceviz İçi

Nişasta, biraz suyla ezilir ve sulandırılır. Pekmez ve tereyağı ilave edilir. Ateşe konularak sürekli karıştırılır. Pilav kıvamına geldiğinde ateşten indirilir. Pişirdikten sonra üzerine dövülmüş ceviz içi konularak servis yapılır.

