



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## PEKMEZLİ HELVA (MERİÇ EDİRNE)

Meriç Kaymakamlığı

Buğday unu 400 gr / 3,5 su bardağı  
Üzüm pekmezi 300 ml / 1,5 su bardağı  
Su 200 ml / 1 su bardağı  
Tereyağı 150 ml / 7,5 yemek kaşığı  
Ceviz içi 150 gr / 1 su bardağı

Un tereyağında rengi dönene kadar kavrulur.  
Su ile pekmez bir kapta karıştırılır.  
Karışım kavrulan una ilave edilir.  
Kısık ateşte kendini çekene kadar pişirilir.  
Dövülen cevizler helvanın üzerine konarak servis edilir.

Not: Mısır unuyla da yapılabilir.

