



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

PEKMEZLİ UN HELVASI

MALZEMELER

200 GR. MARGARİN VEYA TEREYAĞI

3 SU BARDAĞI UN

1 SU BARDAĞI PEKMEZ

2 SU BARDAĞI SU

2 SU BARDAĞI ŞEKER

ARZUYA GÖRE 100 GR. CEVİZ (İRİ DÖVÜLMÜŞ)

Tencereye yağı alıp eritelim. Unu ekleyerek ağır ateşte ve sürekli karıştırarak hafifçe esmer-leşip meyanesi gelene dek kavuralım. Sonra kaynar haldeki suyu ve pekmezi ekleyerek karıştırmaya ara vermeden helvanın pekmezi ve suyu çekmesini sağlayalım. Şekeri ve cevizleri ekleyip bir kez karıştırdıktan sonra helvayı ateşten alıp 15-20 dk. demlendirelim. Helvaya kaşıkla düzgün şekiller vererek servis yapalım.