



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

PEKMEZLİ UN HELVASI

2 su bardağı un
125 gr tereyağı
1 küçük çay bardağı zeytinyağı
2 su bardağı soğuk su (1 bardağı süt de olabilir)
1 su bardağı toz şeker
1 çay bardağı dut pekmezi
1 su bardağı ceviz içi
1/3 çay kaşığı tuz

Teflon tavaya yağı koyup eritin Unu ve cevizi katıp, unun rengi altın sarısı olana kadar kavurun. Ayrı bir kaptan, su, tuz, şeker ve pekmezi karıştırın. Eğer pekmez koymak istemezseniz, yarım su bardağı daha şeker ilave edin. Karışımı, kavrulmuş unun üzerine dökün. İlk önce topak topak bir görüntüsü olan helva, karıştırmaya devam ettikçe toparlanır ve pürüzleri kaybolur. 3-4 dakika karıştırarak pişirmeye devam edin. (Az pişerse dişe yapışabilir) Ocaktan alın. İster elinizle çiğ köfte sıkarak gibi, isterseniz kurabiye kalıpları ile şekil verin. Doğrudan düz bir tepsiye yayıp soğuyunca dilimleyerek servis yapabilirsiniz.