



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

PEKMEZLİ UN HELVASI (SİNOP)

Sinop Kız Teknik ve Meslek Lisesi

1 yemek kaşığı tereyağı

3 kg un

2 kg tatlı pekmez

Yarım kg toz şeker

Ceviz

Bir tavada tereyağı eritilir. Un eklenip pembeleşene kadar kavrulur. Kavrulan un elenir. Pekmez ayrı bir tencerede içine yarım litre su ve şeker koyularak kaynatılır. Daha sonra elenmiş un ve ceviz eklenip yoğurulur.

