



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

PELTEK HELVA

1 su bardağı un
Yarım kg tuzsuz peynir
1,5 su bardağı şeker
2 çorba kaşığı tereyağı
1 su bardağı su

Un tavaya konur, yağsız olarak sararana kadar kavrulur. Peynir, şeker, yağ ve su bir tencereye konur, orta ateşe yerleştirilir. Peynir erimeye başlayana kadar pişirilir. Kavrulmuş un eklenir, karıştırılır. Servis tabağına konur.