



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

PENDİRLİ HELVA (ŞANLIURFA)

1,5 su bardağı sadeyağ
4 su bardağı un
1 su bardağı su
2,5 su bardağı şeker
400 gr tuzsuz Urfa peyniri

Sadeyağ tencereye konulup eritilir. Un atılarak çok kısık ateşte kavrulur. Aksi halde çabucak yanar. Hatta çırpı ateşi olması en uygundur. Yaklaşık 15-20 dakika kavurmak yeterlidir. Ayrı bir kaptaki suya şeker ilave edilerek eritilir. Unun kıvamında kavrulduğu, kokusundan belli olacağı gibi yağın dışarı vermesinden de anlaşılır (buna yağın kusması denir). Kavrulunca şekerli su ilave edilerek karıştırılır. Dilimlenen peynirler başka bir tencerenin altına serilerek helva üzerine konulur. Sıcaklığında 15 dakika bekletildikten sonra servis yapılır. Urfa atasözü : "Duzsuz helva kımın ne sallanisan" sözü kinayedir. Yoksa helvaya tuz konulmaz.