



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

SAKALLI HELVA

2 su bardağı un
Yarım su bardağı tel şehriye
2 dolu çorba kaşığı tereyağı
1 su bardağı toz şeker
2,5 su bardağı süt

Tereyağı bakır tencereye atılır, un ve şehriye ilave edilir. 15 dakika kadar orta ateşte kavrulur. Yana çekilir. Süt ve şeker karıştırılır. Kavrulan karışıma sıvı karışım yavaş yavaş ve karıştırarak ilave edilir. Tencere tekrar ocağa konur, kısık ateşte hiç sıvı kalmayacak şekilde pişirilir. Tencerenin üzerine kağıt konur, kapak kapatılır yarım saat dinlendirilir. Sonra dondurma kaşığıyla alınarak servise sunulur.
