



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

SALMA UN HELVASI

4 su bardağı şeker
2 su bardağı su
2 su bardağı un
1 paket vanilya
1 kase iri dövülmüş ceviz

Tencereye şeker ve su konur. Kıvamlı bir şerbet olana dek kaynatılır. Üzerine azar azar ve çabuk hareketlerle un katılır. Vanilya eklenir. 10-15 dakika kısık ateşte karıştırarak pişirilir. Küçük kenarlı bir kaba alüminyum folyo yerleştirilir. Karışım üzerine dökülür, düzeltilir. Sıcakken cevizler serpilir, hafifçe bastırılır. Tamamen soğuyunca folyo yardımıyla çıkarılır. Kare şeklinde keserek servise sunulur.