



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

SAPSARI UN HELVASI

2 su bardağı un
Yarım paket tereyağı
1 çay kaşığı safran
2 su bardağı su
1 su bardağı toz şeker

Un ve tereyağı rengi dönene kadar kavrulur. Bu arada ılık su, şeker ve safran başka bir kaptaki karıştırılır. Kavrulan unun altı kapatılır. 5 dakika dinlendirildikten sonra sıvı karışım eklenir, karıştırılır. Çok kısık ateşe yerleştirilir. Suyu emene kadar pişirilir. İliyinca kaşıkla şekillendirilir.