



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

SEMENİ HELVASI

<https://azerbaijans.com>

Buğday 100 gr.
1. tür buğday unu 500 gr.
Erimiş yağ 100 gr.
Tarçın 200 gr.
Ceviz 100 gr.
Anason 2 gr.
Biber 1 gr.
Tarçın 2 gr.
Rezene 1 gr.

Saman filizleri sarımsı renkte olduğunda kıyma makinesinden alınır, suyu tülbentten süzülür ve un ilave edilip hamur haline getirilir.