



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

SULU BADEMLİ HELVA

2 orba kaşığı tereyağı
1 su bardađı irmik
1 su bardađı badem
3 su bardađı su
1 su bardađı Őeker

Tereyağı, irmik ve badem 10 dakika kavrulur. Bu arada su ve Őeker eritilir. Kavrulan karışıma dökülür. 15 dakika kaynatılır, düz bir kaba dökülür. Sođuyunca servis yapılır.
