



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

SUSAMLI PEKMEZLİ HELVA

3 su bardağı susam
2 su bardağı pekmez

Susam yağsız olarak kahverengileşene kadar kavrulur. Üzerine pekmez eklenir, karıştırılır. Düz tabağa dökülür. Donunca servise sunulur.