



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

## SÜTLÜ İRMİK HELVASI

2 su bardağı irmik  
1,5 su bardağı şeker  
1,5 su bardağı süt  
2 su bardağı su  
125 gram tereyağ  
1 yemek kaşığı çam fıstığı

Yağı eritip irmiği ve fıstığı rengi dönene dek karıştırarak kısık ateşte kadar kavurun.

Suyu ve sütü kaynatın.

Kaynar su ve sütü kavrulup esmerleşen irmiğe ekleyin.

Tencerenin kapağını kapatıp mümkün olduğunda kısık ateşte suyunu çekmesini bekleyin.

Ocağı kapatıp suyunu çeken irmiğe şekeri ilave edip karıştırın.

10 dakika demlenmeye bırakın.

Not: Fıstıkların rengi döndüğünde irmik tam kıvamında kavrulmuş olur. Helvanın tane tane olmasını istiyorsanız iri taneli irmik kullanın.

