



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

SÜTLÜ İRMİK HELVASI

1 su bardağı irmik
1 su bardağı süt
Yarım su bardağı su
1 su bardağından 2 parmak kadar az şeker
60 gram tereyağ
1 çay bardağı ceviz

60 gram tereyağını kısık ateşte eritin. Tereyağ eridikten sonra 1 çay bardağı cevizi ve 1 su bardağı irmiği ilave edip kavurun. Şerbeti için bir tencereye süt, su ve şeker ekleyerek şeker eriyinceye kadar pişirin. İrmik rengi koyulaşınca hazırladığınız şerbeti ilave edip irmik iyice suyunu çekene kadar karıştırın. İrmik suyunu çekip kıvam alınca ocağın altını kapatıp demlenmesi için 15 dakika bekletin. 15 dakikanın sonunda tane tane olması için tahta kaşıkla karıştırın. İsteğe bağlı olarak toz şekerin dışında helvayı yaparken ek olarak 1 yemek kaşığı bal eklenebilir.

