



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

TEL HELVA (AFYONKARAHİSAR)

<https://www.afyon yemekleri.com>

Malzemeler:

1 kg. un
2 kg. şeker
2 kg. su
limon tuzu

Yapılışı:

Bu tatlı kışın buzlu günlerde yapılır. Bu tatlının ilk önce şerbeti yapılır. Suya şekeri katıp kaynatılır. İyice kaynadıktan sonra bolca limon tuzu atılır. şeker kesilinceye kadar kaynatılır. şerbetin ılıklaşması beklenir. Bu arada dışarıda genişçe bir tepsiyi donmuş karın üstüne koyarız. Daha sonra ılıklaşan şerbeti tepsinin içine dökeriz. Döker dökmez şerbet içinde koyulaşır. şerbeti el yardımıyla halka haline getirip içeriye alınır. Bu arada bir kişi de unu biraz kavurur buna miyane denir. Bu miyane sofranın üzerine yayılır. Unun üzerine de dışarıda hazırladığımız halka halindeki şerbet sofranın üzerine konur. Sofranın etrafındaki 5-6 kişi şekeri sündürerek sağdan sola doğru çevirir. şeker sa kalınlığında incelip kopma haline gelince helva olmuş demektir. Helvayı küçük küçük keseriz. Bu helvayı İzmit'in pişmaniyesine benzer.