



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

TEL HELVASI (BAYBURT)

<https://www.aksam.com.tr>

Yöreye özgü tel helvasını köy sakinleri, sadece kış mevsiminde karlı ve soğuk havalarda un, yağ, şeker ve limon suyundan yapıyor.

Masrafının az, zahmetinin ise çok olduğu bilinen tel helvasının ilk aşamasında su ve şeker kaynatılıyor, ardından da limon suyu katılarak kıvam alması sağlanıyor.

Elde edilen şerbet, büyük bir tepsiye dökülerek soğuk havada kar üzerinde macun kıvamına getiriliyor.

Yoğrulan macun, odanın ortasına kurulan siniye alınarak kavrulmuş unla, tel tel olana kadar çekiliyor.

Not: Bayburt'ta soğuk kış günleri tel helvasıyla geçiyor. Asırlık lezzet olan tel helvasını yapmak kolay değil. Bir gelenek olan tel helvası birkaç kişinin bir araya gelmesiyle yapılıyor.

