



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

UN HELVASI (AFYONKARAHİSAR)

Afyonkarahisar İl Kùltür ve Turizm Mùdùrlùğù

100 Gr Sıvı Yağ
300 Gr Un
350 Gr Toz Şeker
250 Süt
250 Gr Su
100 Gr Ceviz İçi
10 Gr Hindistannevi
1 Çay Kaşığı Toz Tarçın

Tencereye yağ ve elenmiş un konularak pembeleşinceye kadar kavrulur.

Su, süt ve şeker ilave edilir.

Orta ateşte tencereye yapışmaması için karıştırılarak pişirilir.

Helva birbirine yapışmayacak düzeye gelince kaşığın tersi ile bastırılarak düzeltilir.

Tabaklara alınır üzeri fıstık, ceviz, hindistancevizi veya tarçın ile süslenerek servis edilir.

