



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

UN HELVASI (ELAZIĞ)

Elazığ il Kültür ve Turizm Müdürlüğü

2 su bardağı un
250 gr tereyağı
Şerbeti için:
3 su bardağı toz şeker
2,5 bardak su

Bir kapta şeker, su ile karıştırılarak şerbet yapılır.
Bir tavada tereyağı eritilir.
İçerisine un yavaş yavaş konur ve karıştırılarak kavrulur.
Unun kokusu çıkmaya başlayınca ocağın altı kısılır.
Kısık ateşte unun rengi koyulaşmaya kadar sürekli karıştırılarak kavrulur.
Hazırlanan şerbet, unun üzerine yavaş yavaş karıştırılarak dökülür.
Un, şerbeti çekinceye kadar sürekli karıştırılır.
Şerbetini çeken helva 1-2 dk daha karıştırılıp ocaktan alınır.
Helva, 5 dk dinlendirilir ve tabaklara alınır.
İsteğe bağlı olarak ceviz içi ile birlikte servis edilir.

