



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

UN HELVASI (ERZİNCAN)

1 kg un
2 paket yağ (500gr) margarin veya tereyağı
1 çay bardağı sıvı yağ
5 gr. Toz şeker
1 su bardağı su veya süt

Mümkünse bakır bir tencerede (çelik de olabilir) yağ eritilir. İyice kızınca unu ilave edilir. Orta hararetli ateşte tahta bir kaşıkla un kokusu çıkmaya ve un hafifçe sararmaya başlayınca kadar ocakta sürekli olarak karıştırılır. Diğer bir kaptaki şekerin üzerine süt veya suyu eklenerek bir kenarda bekletilir. Un kavrulduktan sonra ocak söndürülüp 2-3 dk. Dinlenmeye bırakılır. Sonra şekerli süt ilave edilerek hafifçe karıştırılır ve kapak kapatılır. Kaşıkla fazla karıştırılmaz 10 dk. Daha dinlendirilir. Eğer helvanın daha yumuşak olması isteniyorsa süt miktarı biraz daha artırılabilir. Şeker tadının çıtır, çıtır alınması isteniyorsa üzerine bir avuç toz şeker serpilir. İllan helva tenceresinde karıştırılır ve genişçe bir tepsiye basılarak düzeltilir, süslenir.