



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

UN HELVASI (KIRIM TÜRKLERİ DÜZCE)

Düzce İl Kültür ve Turizm Müdürlüğü

7 su bardağı buğday unu
6 su bardağı toz şeker
½ kg iç ceviz
3,5 su bardağı sıvı yağ
250 g tereyağı
8 su bardağı su

İlk olarak un helvasının şerbeti hazırlanır. Şerbet hazırlanırken tencereye su ve toz şeker konularak kısık ateşte kaynamaya bırakılır.

Bu işlem olurken, ayrı geniş bir tencereye sıvı yağ ve tereyağı konulur. Yağlar kızarınca üzerine un eklenir. Bu şekilde kısık ateşte yaklaşık yirmi dakika un kahverengileşinceye kadar kavrulur.

İçine iç ceviz ilave edilir ve beş dakika daha kavurma işlemi yapılır.

Üzerine hazırlanan şerbeti dökülür ve suyunu çekip koyulaşana kadar hızlı bir şekilde sürekli ezerek karıştırılır.

Bu işlemden sonra beş dakika kadar dinlenmeye bırakılır.

Hazırlanan un helvası istenilen şekilde kalıba koyulup üzerine iç ceviz serpilerek servis edilir.

