



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

UN HALVESİ (MALATYA)

Malatya Valiliği

1 su bardağı eritilmiş tuzsuz tereyağı
2 su bardağı tepelene un
2 su bardağı toz şeker
2 su bardağı su
½ su bardağı ceviz içi

Bir tavada yağı eritin ve içine elenmiş un ilave edin. Tahta kaşıkla devamlı olarak karıştırın. Karıştırma işlemini, unun rengi değişip kokusu çıkıncaya kadar sürdürün.

Dövülmüş ceviz ile birkaç kez daha karıştırarak cevizlerin de hafif şekilde kavrulmasını sağlayın.

Diğer taraftan şekerle su ilave ederek eritin.

Unu ateşten aldıktan sonra hiç soğutmadan üzerine şekerli suyu ağır ağır dökün ve bir yandan da hızla karıştırarak şekerli suyu, una yedirin.

Kapağını kapatıp dinlendirin.

Daha sonra ıslatılmış kaşık ile istediğiniz şekli vererek servise hazırlayın.

Not: Bir diğer usule göre, şeker ve ölçülü suyu, ateşte bir taşım kaynatıp kavrulmuş una aynı şekilde ilave edin. Bu durumda helvanın rengi daha parlak olur. Günümüzde bu helva, sıcak şurup ile yapılmaktadır. Eğer servise çıkacak helvaya kaşıkla şekil vermemişseniz soğuduktan sonra el ile çiğ köfte gibi sıkarak da servis tabağına alabilirsiniz. Bu helvayı, arzu ederseniz yufka ile dürüm yaparak da yiyebilirsiniz. Kale ilçesinde un helvası yapılırken ceviz mutlaka kullanılır. Helva soğuduktan sonra helvaya tekerlek şekli verilir, sonra servise sunulur.