



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

UN HELVASI (NEVŞEHİR)

1 su bardağı tereyağında 300 g un pembeleşene kadar kavrulur. 3 su bardağı su ile 3 su bardağı şeker kaynatılarak şurup hazırlanır. Una dökülerek iyice karıştırılır. Koyulaşınca ateşten alınır ve kapağı kapatılarak demlendirilir.
