



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

UN HELVASI

70 gram tereyağı
1,5 su bardağı un
Şerbeti için:
1 su bardağı su
1 su bardağı süt
1 su bardağı toz şeker

Bir tencerenin içine su, süt ve şekeri ekleyin, eriyinceye kadar güzelce karıştırın. Hafif sıcak ale gelince ocaktan alın.

Tabanı kalın, yanmaz yapışmaz bir tavaya tereyağını alın ve eritin.

Ardından üzerine elenmiş unu azar azar ilave edin.

İlave ettiğiniz unu kavurmaya başlayın. Kavurdukça rengi dönecek ve sıvı halde bir kıvam alacaktır.

Kavurma işlemi 10-15 dakika sürebilir. Bu işlemi orta ateşte yapın ve kıvamını alınca şerbetini de ekleyin.

Hazırladığınız ve hafif soğuyan şerbeti sıcak helvanıza azar azar vermeye başlayın. Öteki yandan da güzelce karıştırın.

Şerbetini içine emdikçe helvanız koyulaşmaya başlayacaktır. Kıvamı iyice oturunca ve katılaştıkça servis etme aşamasına gelmiş demektir.

Tahta kaşık, dondurma kaşığı ya da yemek kaşığı yardımıyla sıcak helvanıza şekil verin. Soğudukça kıvamı katılaşacaktır.

Şekil verdiğiniz helvaları bir süre dinlendirdikten sonra üzerini süsleyerek servis edebilirsiniz.

Not: Tatlının şerbetini arzuya göre sadece su veya sadece süt ile de hazırlayabilirsiniz. Fındık veya antepfıstığı ile süsleyebilirsiniz.

