



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

UN HELVASI

3 su bardağı un
3 yemek kaşığı dolmalık fıstık
250 gram tereyağı
Şerbeti için:
5 su bardağı su
3 su bardağı toz şeker

Un ve dolmalık fıstığı bir tencereye alın. Kısık ateşte tahta bir kaşıkla fıstıkların rengi hafifçe dönene kadar kavurun. Tereyağını ilave edip fıstıkların rengi sararana kadar kavurmaya devam edin. Ayrı bir kapta su ve toz şekeri eriyene kadar karıştırın. Şerbeti helvanın üzerine ekleyin. Kısık ateşte helva suyunu çekip, tencerenin etrafına yapışmayacak hale gelene kadar kavurun. Ocağı kapatıp kaşıkla şekillendirin ve servis tabağına çıkarın. Arzuınıza göre sıcak, ılık veya soğuk olarak servis yapın.

