



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

UN HELVASI

250 gram tereyağı
2 su bardağı un
5 su bardağı toz şeker
5 su bardağı süt
1 paket vanilya
1 yemek kaşığı dolmalık fıstık

Önce tereyağını çelik bir tavaya alarak fıstık pembeleşene kadar kavurulur. Sonra un ilave edilerek 1 saat boyunca karıştırılarak kavrulması sağlanır. Başka bir kaptaki süt şeker ve vanilya karıştırılır ve eritilir (soğuk olacak). Unun rengi koyulaşmaya başladığında helva tavaya yapışmıyorsa ya da undan bir parça süt karışımına konduğunda cızdıyorsa kıvama gelmiştir. Süt karışımı içerisine birden dökülür ve ocağın altı açılarak hızlıca karıştırılır. Helva katılaşınca hazır demektir. Kaşıkla şekil verilir ve servise hazırdır.

