



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

UN HELVASI

2 su bardağı elenmiş un
125 g tereyağı veya margarin
1,5 su bardağı şeker
1,5 su bardağı süt veya su
1 kahve fincanı çam fıstığı veya ceviz veya fındık

Un çabuk yandığı için önce fıstığı kavurunuz.
Yanmaması için kısık ateşte kavurunuz.
Kavurma sırasında sürekli karıştırınız
Tahta kaşık kullanınız.
Elenmiş ekstra un kullanınız.
Unu pembe renkte kavurunuz, çok fazla kavurmayınız.
Tahta kaşıkla sürekli karıştırınız.
Helvanın besleyici ve lezzetli olması için süt kullanmaya çalışınız.
Şekeri süt ile kaynatarak şurubu hazırlayınız.
Unu kavurduktan sonra tencereyi kenara alıp biraz soğumasını bekleyiniz.
Şurubu sıcak olarak helvaya ilave ediniz.
Unun topaklanmaması için sürekli karıştırınız.
Kapağını kapalı olarak pişiriniz.
Helvayı dibini tutmaması için kısık ateşte pişiriniz.
Helvayı kevgirle alt üst ederek havalandırınız.
Pişen helva tenceresinin kapağını kapatıp 10 dakika demlendiriniz.
Helvayı bir kez daha kevgirle karıştırarak tanelendirdikten sonra tekrar dinlendiriniz.
Soğumadan kaşıkla şekil veriniz.
Tarçın serperek servis yapınız. Kırılmış kuruyemişlerle de süsleyebilirsiniz.



Fotoğraf "feris" tarafından gönderildi. 18.02.2021