



Esst und trinkt, aber seid nicht maßlos! (Araf 31)  
Banu Atabay's Mütevazı Lezzetler® Kochrezepte

---

## Waisen Helva

Öksüz Helvası



1 Glas Traubensirup  
2 Gläser Mehl  
2 Gläser Wasser  
2 EL Butter (50g)  
Für die Oberfläche:  
1 EL Puderzucker

- # In einen Edelstahltopf Traubensirup und Wasser geben und gut vermischen.
- # Von dieser Mischung 5 EL entnehmen und aufbewahren. Den Topf bei mittlerer Hitze auf den Herd stellen.
- # Wenn die Traubensirup-Wassermischung siedet dann langsam nach und nach Mehl einsieben und während dessen unter zerdrücken einmischen.
- # Wenn die Zutaten eine geschmeidige Masse gebildet haben, die zuvor entnommenen 5 EL kalte Traubensirupmischung hineinmischen.
- # Helva in ein flaches Teller oder in einen kleinen Backblech umfüllen und glattstreichen.
- # Mit dem Messer je nach Wunsch zuschneiden und erhitzte Butter übergießen.
- # Zwei Stunden in Zimmertemperatur stehen lassen und anschließend mit Puderzucker verzieren und servieren.

**Tipp:** Bei der Zubereitung von Waisen Helva kann man auch anstelle des Traubensirups auch Johannisbrotkernsirup verwenden.