



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

Helwa

Un Helvası



2 Gläser Mehl
½ Packung (125 g) Margarine
1 Glas Milch
1 Glas Wasser
1 ½ Gläser Zucker
Zimt

- # Zuerst Wasser, Milch und Zucker in einer Schüssel umrühren bis das Zucker sich aufgelöst hat.
- # In einem Topf Margarine erhitzen und das Mehl hineinsieben.
- # Bei mittlerer Hitze Mehl und Öl unter ständigem umrühren braten bis es eine rosarote Farbe bekommt. (ca. 13 Minuten)
- # Den Herd ausschalten und Mehl und Öl unter umrühren weiterhin ein paar Minuten braten.
- # Wenn es lauwarm geworden ist, dann die zuvor vorbereitete Mischung aus Wasser, Milch und Zucker hinzugeben.
- # Den Herd wieder bei mittlere Hitze schalten und ständig umrühren.
- # Wenn die Helwa am Topf nicht kleben bleibt dann ist es fertig.
- # Den Topf nun vom Herd nehmen und zwischen Topf und Deckel ein Küchentuch legen. Wie bei dem Reis 20 Minuten ziehen lassen.
- # Nach dieser Zeit mit dem Löffel auf ein Servierteller geben und mit Zimt abschmecken.

Tipp: Nach Wunsch können Sie in die Helwa auch Pistazien oder Marzipan hinzufügen.