



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)
Banu Atabay'ın Mütevazı Lezzetler  Mutluluklar Diler

ÖKSÜZ HELVASI



1 Su bardağı  z m pekmezi
2 Su bardağı un
2 Su bardağı su
2  orba kaşığı tereaağı (50 gr.)
 zeri için;
1  orba kaşığı pudra  ekeri

- # Alüminyum olmayan bir tencereye,  z m pekmezi ve soğuk su konur, iyice karıştırılır.
- # Karışımdan 5  orba kaşığı ayrılır. Tencere orta ateşli ocağa yerleştirilir.
- # Pekmezli su kaynayınca, eleyerek azar azar ekleyecek şekilde un katılır. Bu arada sürekli ezerek çevrilir.
- # Malzemeler pürüzsüz hal alıp iyice  zleřince, üzerine ayrılan 5 çorba kaşığı soğuk pekmezli su konur karıştırılır.
- # Helva sıcak olarak düz bir tabaėa ya da küçük bir tepsiye dökülür, üzeri düzeltilir.
- # Bıçakla istenilen şekilde kesilir, üzerine kızgın tereyağı gezdirilir.
- # Oda ısısında 2 saat dinlendirilen helvaya servis yapılacağı zaman pudra  ekeri serpilir.

Not: Öksüz helvası yapımında  z m pekmezi yerine, keçi boynuzu pekmezi de kullanılabilir.