



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

## İRMİK HELVASI



2 Su bardağı irmik  
1 Su bardağı ay çiçek ya da fındık yağı  
2 Su bardağı su  
2 Su bardağı süt  
3 Su bardağı şeker  
1 Çay bardağı iç badem  
Tarçın

- # Sıvıyağ tencereye konur, orta ateşte kızdırılır, üzerine iç kabuğu soyulmuş badem konur.
- # Badem hafif pembeleşince irmik eklenir, karıştırarak kavrulur.
- # İrmik açık kahve renk alınca ocak söndürülür.
- # Ocak söndükten 5 dakika sonra, sütün 1 bardağı eklenir, karıştırılır.
- # Ocak tekrar yakılır, üzerine 1 su bardağı süt, 2 su bardağı su ve 3 su bardağı şekerden oluşan, soğuk şerbet irmiğin üzerine dökülür.
- # Çok kısık ateşte fazla karıştırmadan şerbet çekene kadar pişirilir. (30 dakika kadar)
- # İrmik helvası tam susuz bir hal alınca, ocağın kapatılması, üzerine demlenmesi için kağıt havlu kapatılır.
- # Demlendikten sonra helva bir çatala karıştırılarak tane tane olması sağlanır.
- # Servis tabağına alınır, üzerine tarçın serpilir, servise sunulur.

**Not:** Bademleri fazla kavurmadan irmiği atmak gerekir, çünkü badem irmikle de kavrulacağı için kararır ve tadı acı olur.