Kaşık helva

4 kişilik · 1 sa 30 dk

Malzemeler

250 g	Tereyağı 1¼ su bardağı
500 g	Buğday unu 4¾ su bardağı
700 g	Şeker 4¼ su bardağı

Alerjen

Alerjen bilgisi henüz tamam değil.
Malzemeden hesaplanır. Mutfaktaki bulaşmayı göstermez.

Yapılışı

1. Ocağı kısıp tereyağını yavaşça eritin, erince unu ekleyin.
2. Unu 45-50 dakika boyunca kısık ateşte durmadan karıştırarak kavurun.
   45 dk
3. Toz şekeri ekleyin ve tahta bir kaşıkla una iyice yedirin. 5-10 dakika karıştırın.
   5 dk
4. Karışımdan kaşıkla parçalar alıp tepsiye dizin, soğumasını bekleyin.

Son hâli: 4 Kasım 2026
Aydoğdu A., Mızrak M., Yöresel Yemeklerin Sürdürülebilirliğinde Standart Reçetelendirmenin Önemi: Kastamonu Mutfağı Örneği (2017)
tatname.com/tr/tarif/kasik-helva-kastamonu-aydogdu