



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'in lezzetler.com](http://BanuAtabay.in.lezzetler.com) Yemek Tarifleri Sitesi

ISPANAKLI KREP

Krep hamuru için:

500 gram süt

3 adet yumurta

1 1/2 su bardağı un

1 tatlı kaşığı tuz

Harcı için:

4 yemek kaşığı zeytinyağı

500 gram ıspanak

2 adet pirasa

4 adet taze soğan

3 diş sarımsak

muskat

tuz - karabiber

Harcı için: Pırasaları ve taze soğanları, ayıklayıp, ince ince kıyınız.

Sarımsakların kabuklarını ayıklayıp, halka halka doğrayınız. Taze ıspanakları veya suyunu iyice sıkığınız haslanmış ıspanakları ince ince kıyınız. Yayvan bir tencerede zeytinyağını kızdırıp, içine doğranmış tavukları koyup, renk verdiriniz. Tavuklar renk alınca, içine doğranmış pırasa, taze soğanları ve sarımsakları ilave edip, kavurmaya devam ediniz.

En son olarak kavrulmuş sebzelerin içine, rendelenmiş muskati, kıyılmış ıspanakları, tuz - karabiberi ekleyip bir tasım kavurduktan sonra atesten alıp, yayvan bir tabağa aldığınız harcı soğutunuz. Derin bir kase içinde unu, yumurtayı, sütü ve tuzu karıştırınız. (Boza kıvamında) Yayvan bir tavaya az margarin koyup, kızdırınız. Yağın fazlasını havlu bir kâğıt veya peçete yardımıyla alınız. Krep hamurundan bir kepçeyi, kızan tavanın ortasına döküp, yanlarına yayınız. Tek tarafını iyice pisirip, krebin diğer yüzünden spatula yardımı ile çevirip, pisiriniz. Pisen krepleri, bir tabağı tezgaha ters çevirip, üzerine koyunuz. Harcı kreplerin üzerine önce uzun kenarları daha sonra kısa kenarları kapatıp, yağladığınız borcama açılan kenarları altta kalacak şekilde yerleştiriniz. Servis etmeden önce fırında ısıtıp, sıcak olarak servis ediniz.

[ML® Ispanaklı Ay Çöreği için tıklayın](#)