



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ISPANAKLI KREP

Krep malzemesi :

4 orba kaşığı un

1 su bardağı süt

2 adet yumurta

Sos malzemesi :

1 kg süt

2 orba kaşığı un

1 orba kaşığı tereyağ

1 ay kaşığı tuz

İç malzemesi :

1 adet soğan

1/2 kg ıspanak

200 gr beyaz peynir

1 orba kaşığı tereyağ

1/2 su bardağı kaşar peyniri rendesi

Süt, un ve yumurtayı karıştırıp krep hamurunu hazırlayın. Bir teflon tavayı çok az yağlayıp, kızdırın. Krep hamurundan biraz döküp, tavayı hareket ettirin, sallayarak yayın, her iki tarafını da kızartın. Bu şekilde yaklaşık 5-6 adet krep elde edin. Bir tencerede sos için, yağda un kavurup, süt ve tuz ilave edin, koyulaştığına ateşten alın. Soğanla ıspanağı kavurup, beyaz peynir ilave ederek bir harç hazırlayın. Bir krep alıp üzerine sos sürün, harcını koyup, rulo yapın. Bütün krepleri bu şekilde hazırlayıp, bir tepsiye dizin. Üzerlerine kalan sosu döküp, kaşar peyniri rendesi serpiştirin. Orta hararettteki fırında üstü pembeleşinceye dek kızartın.

[ML® Ispanak Püresi için tıklayın](#)