



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

## AKITMA

2 yumurta  
1 su bardağı un  
1, 5 su bardağı bardak süt  
Yarım çay bardağı sıvı yağ  
1 çay kaşığı tuz

Akıtma tarifi için un ve sütü hiç topak kalmayınca kadar çırpın. Daha sonra sıvı yağ, tuz ve yumurtaları ekleyip tekrar karıştırın.

Yapışmaz tavayı ocağa alıp kızdırın. Krep tavası ile yağlamadan ve hızlıca akıtmalarınızı pişirebilirsiniz. Krep tavası yoksa yapışmaz teflon tava da kullanılabilir.

Hamurdan 1 kepçe kadar tavaya döküp, tavayı çevirerek hamuru genişletin. Tavanın büyüklüğüne göre hamur miktarı değişebilir. Bu tamamen sizin isteğinize bağlı.

Hamurun içindeki su buharlaşıp alt tarafı kızarıncaya spatula ile akıtmayı çevirin.

Her iki tarafı da pişen akıtmayı servis tabağına alıp tüm hamur bitinceye kadar pişirmeye devam edin. Akıtmaları peynir, reçel, bal gibi kahvaltılık veya meyvelerle süsleyebilirsiniz.

