



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

CEVİZLİ İSPANAKLI KREP

115 gr ceviz
5 adet yumurta
1 yemek kaşığı doğranmış taze biberiye
450 gram körpe ıspanak
1 adet kuru soğan
2 diş doğranmış sarımsak
60 ml balsamik sirke
3 yemek kaşığı margarin
1 tutam deniz tuzu
1 tutam deniz tuzu çekilmiş karabiber
1 kase nar taneleri

Cevizleri blender yardımı ile un kıvamına gelene kadar çekin.
Yumurta, biberiye ve tuzu karabiberi ilave edip hepsini ceviz unu ile blenderla karıştırın.
Omlet tavaına sana yağı ilave edip yüksek ısıda kızdırın.
Ateşi orta ısıya düşürüp 1/3 oranında cevizli malzemeden tavanın her yerine gelecek şekilde çevirin.
1-2 dakika pişirdikten sonra arkasını çevirin ve kenara alın.
İç malzemesi için, margarinde soğanı kavurun.
Ispanak yapraklarını ilave edip suyunu çekene kadar pişirin.
Sarımsağı ve balsamik sirke ekleyin ve bir kenara alın.
Bütün malzemeyi tekrar aynı tavada birleştirip karıştırın.
Cevizli kreplerin içine ıspanaklı harçtan koyup sıcak nar taneleri ile süsleyip servis yapın.