



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ÇİN BÖREĞİ

Saniye Döldüş

Hamur için:

3 adet yumurta

1,5 su bardağı un

2 çorba kaşığı sıvıyağ

1 çay kaşığı tuz

2 su bardağı süt

İç malzeme:

1 çorba kaşığı margarin

1 adet ince kıyılmış soğan

150 gram kıyma

1 adet orta boy havuç (rendelenmiş)

1 adet küçük boy kereviz (rendelenmiş)

250 gram soya filizi

Tuz

Karabiber

Yarım demet ince kıyılmış dereotu

Kreplerin içini hazırlamak için, eritilmiş margarinde soğanı hafifçe kavurun.

İçine kıymayı katıp kavurmaya devam edin.

Havuç, kereviz, soya filizini de ekleyip 2-3 dakika daha kavurun.

Tuz ve karabiberi ilave edip harcı soğumaya bırakın.

Krepleri hazırlamak için, unu derin bir kaseye alıp, içine yumurtaları kırın.

Sıvıyağ ve tuzu ekleyin. Sütü yavaşça döküp karıştırın ve yoğun bir hamur elde edin.

Tavaya biraz yağ sürüp krep hamurundan bir kepçe alarak dökün ve arkalı önlü kızartın.

Tüm hamur bittikten sonra kreplerin içine kıymalı harçtan koyup rulo şeklinde sarın.

Sıcak olarak servis yapın.

Not: Sebzeleri fazla yumuşamadan, diri kalacak şekilde kavurun.



