



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

GLUTENSİZ MERCİMEKLİ KREP

1 su bardağı kırmızı mercimek
1 çay kaşığı karbonat
2 yumurta
1 çorba kaşığı yoğurt veya 1 çay bardağı süt
Aldığı kadar su
Tuz
Tereyağı (pişirme için)

Mercimekleri bir gece öncesinden suya bırakın ve süzün.
Süzülen mercimeklerin üzerine yumurta, tuz, yoğurt veya süt ve karbonatı ekleyin. Tüm malzemeleri blenderda pürüzsüz bir kıvam elde edene kadar iyice çekin.
Karışıma yavaş yavaş su ekleyerek, krep hamurunun kıvamını tutturun. Un kullanmadığımız için su miktarını dikkatlice ayarlayın.
Yapışmaz bir tavaya az miktarda tereyağı sürün ve kısık ateşte ısıtın.
Tavaya bir kepçe krep hamurundan dökün ve hamuru tavaya yayın. Krep hamurunun ne çok ince ne de çok kalın olmasına dikkat edin.
Kısık ateşte biraz daha uzun süre pişirin. Krep hamuru klasik krepler kadar çabuk pişmeyebilir, bu yüzden sabırlı olun ve hamurun alt tarafının kızarmasını bekleyin.
Krepin alt tarafı kızardığında, spatula yardımıyla dikkatlice çevirin ve diğer tarafını da pişirin.
Pişen krepleri tabağa alın ve isteğe bağlı olarak iç malzemelerle doldurarak servis yapın.

