



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ISPANAKLI KREP

<https://www.cumhuriyet.com.tr>

Krep hamuru için:

1 su bardağı süt

1 su bardağı un

2 adet yumurta

1 su bardağı taze ıspanak (yıkamış ve doğranmış)

1 yemek kaşığı sıvı yağ

Yarım çay kaşığı tuz

Piştirme için:

1 tatlı kaşığı tereyağı veya sıvı yağ

İç dolgusu (Opsiyonel):

Beyaz peynir veya lor peyniri

Kaşar peyniri

Dereotu veya maydanoz

Labne veya krem peynir

İspanakları iyice yıkayın ve doğrayın.

Blender veya mutfak robotuna süt, yumurta ve doğranmış ıspanağı ekleyin.

Pürüzsüz hale gelene kadar karıştırın.

Karışıma unu, tuzu ve sıvı yağı ekleyin.

Tekrar çırparak akışkan bir kıvam elde edin.

Yapışmaz bir tavayı orta ateşte ısıtın ve tereyağı veya sıvı yağ ekleyin.

Tavaya bir kepçe krep hamuru dökün ve tavayı eğerek yayılmasını sağlayın.

Orta ateşte 1-2 dakika pişirin, ardından spatula yardımıyla çevirerek diğer yüzünü de pişirin.

Tüm hamur bitene kadar bu işlemi tekrarlayın. Krepleri servis etmeden önce içerisine beyaz peynir, kaşar veya krem peynir ekleyerek katlayabilirsiniz.

Daha yoğun bir tat için dereotu veya maydanoz ekleyerek lezzetlendirebilirsiniz.

