



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

ISPANAKLI KREP

200 gr. ispanak
1 su bardağı kasar peyniri rendesi
1/2 demet maydanoz
Krep için:
1,5 su bardağı un
4 yumurta
1 su bardağı süt
2 corba kasığı sivi yağ
tuz

1 Ispanaklar bir kasık sivi yağ ile oldurulur.
2 Ayrı bir kapta kasar ile ince kıyılmış maydanoz karıştırılır.
3 Krep hamuru için un, yumurta, süt, sivi yağ ve tuz iyice karıştırılır.
4 Teflon tava çok az yağlanıp krep hamurundan yarım kepece tavaya dokulur. İki tarafı da kızartılır.
5 Kızaran krepleri duz bir yere alıp üzerine bir kasık ispanak ve içten biraz konulup rulo halinde sarılır.
6 Bu şekilde hazırlanan krepler iki parmak genişliğinde kesilir. Yağlanmış fırın tepsisine dizilir üzerine kasar peyniri rendesi serpilip fırında kasarlar eriyinceye kadar pisirilir.

[ML® Tavuklu Akıtma için tıklayın](#)
