



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

SOSİSLİ İSPANAKLI KREP

100 g karabuğday unu
45 g un
1/2 tatlı kaşığı tuz
30 g (2 çorba kaşığı) tuzsuz tereyağı
1 tatlı kaşığı bal
1 yumurta (hafifçe çırpılmış)
500 g ıspanak (yıkayıp sapları ayıklanmış)
90 g (5 çorba kaşığı) krema
bir tutam taze çekilmiş karabiber
bir tutam hintceviz rendesi
ayçiçeği yağı
3 sosis

Hamuru yapmak için, karabuğday unu, un ve tuzun 1/3'ünü büyük bir kâseye eleyip, ortasını havuz gibi açın. Tereyağından 1 çorba kaşığını eritip, balın yarısı, yumurtayla birlikte bu çukura koyun ve tahta bir kaşıkla lafif hafif çırparak pürüzsüz bir hamur haline getirin. Hamuru bir kenarda 30 dakika dinlenmeye bırakın. Ispanakları sularını süzdürmeden büyük birtencereye koyup, tencerenin kapağını kapatarak, orta ateşte 2 - 3 dakika kendi buharında haşlayın. Tencereyi ateşten alıp, ıspanakları hemen bir süzgeçte süzün (bir tahta kaşıkla bastırarak bütün sularının süzülmesini sağlayın) ve keskin bir bıçakla irice doğrayın. Sonra yeniden tencereye koyup, kremanın yarısı, tuzun 1/3'ü, karabiber ve hintcevizi rendesinin yarısını ekleyerek, tencereyi bir kenara bırakın.

Hamur hazır olunca, bir krep tavaını ya da 18 cm çapında yağsız bir tavayı orta ateşte ısıtın. Isınınca ayçiçeği yağını koyup, bir mutfak havlusuyla tavanın her yanına buladıktan sonra, tavaya 2 - 3 çorba kaşığı hamur dökerek, ince ve düzgün bir biçim alması için tavayı sürekli sallayarak kızartın. Tahta bir spatulayla çevirip, öbür yanını da kızarttıktan sonra, ısıtılmış bir tabağa aktarın. Bu işlemleri bütün hamur bitinceye kadar (hamur yapışmaya başlarsa, tavayı yeniden yağlayın) yineleyin (pişen krepleri üst üste dizip, üstlerini bir peçeteyle örtün ya da 150 °C'a ısıtılmış fırında sıcak tutun).

Kalan tereyağını kalın dipli bir tavada eritip, sosis dilimlerini ekleyin ve tavayı sürekli sallayarak, sosisleri (2 - 3 dakika) pişirin. Kalan kremayı ve balı katıp, kalan tuzu ve kalan hintceviz rendesini ekleyerek, birkaç kez karıştırdıktan sonra tavayı ateşten alın ve bir kenara bırakın. Başka bir tavaya ıspanakları koyup, ıspanaklı karışımı orta ateşte, tavayı sürekli sallayarak ısıtın. Isınınca tavayı ateşten alıp, bir kenara bırakın.

Her krepin ortasına bir kaşık ıspanak koyun. Üstüne sosis dilimleri yerleştirin. Sonra her krep yanlardan katlayarak (orta bölüm açık kalmalıdır) kare biçimi bir paket haline getirin. Üstlerine kıyılmış maydanoz serpip, sıcak sıcak servis yapın.