



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

SÜTLÜ KAYGANA

1 su bardağı süt
2 adet yumurta
2 çorba kaşığı un
1 fiske tuz
1 çorba kaşığı katıyağ
Arzuınıza göre tuzlu veya tatlı beraber
yiyebileceğimiz katık

YAPILIŞI:

Sütlü kayganayı yapacağınız teflon tavanıza fındık kadar yağ koyup eritiniz. Tavanızın çapı 13 cm olursa, bu iş için en uygun tavayı kullanmış olursunuz. Her tarafı iyice yağlandıktan sonra, fazla yağın alıp, tavayı ılık muhafaza ediniz. Bir kaseye yumurtaları kırınız. İçine unu eleyerek ilave ediniz. İyice bir çırpıcı ile çırpınız. Bir fiske tuzunu ilave ediniz. Bir su bardağı sütü ilave ederek, karışımı iyice eziniz. En son, karışıma erimiş fındık kadar yağ koyup, çırpınız. Ilık tavanızın içindeki yağ siliniz. Tekrar fındık kadar yağ koyup eritiniz. İçine yarım çay bardağı yaptığınız karışımdan koyup tavayı sallayarak yayınız. Karışım pıhtılaşınca, kenarlarını bir tahta spatülle kaldırıp alt üst ediniz. Tavanın içindeki sütlü kayganayı havaya fırlatıp, tekrar tutarak alt üst edebileceğiniz gibi, bir tabak yardımı ile de yapabilirsiniz. Üstü de altı gibi pişince sütlü kaygananız hazırdır. Kayganalar çok yumuşak ve ince olmalıdır.

Not: Bu tarif Fransa'da "Krep Süzet" adını alır.