



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

YEŞİL KREP

10 yaprak ıspanak
2 adet yumurta
1 su bardağı süt
1,5 çay bardağı un
1 orba kaşığı sıvıyağ
1 tatlı kaşığı tuz

Çiğ ıspanak blenderden geçirilir. Çukur bir kabın içinde yağ, yumurta, süt, un ve tuz iyice çırpılır. Üzerine ıspanak katılır, karıştırılır. Tava az yağlanır. Yeşil krep hamurundan bir kepçe konur, yayılır. Bir yüzü kızarıncaya çevrilir, diğeryüzü kızartılır.