



## Bananenwaffeln ohne Zucker für Baby & Kinder

ab 7. Monat

### Zutaten

- 150 g reife Banane
- 2 Eier
- 40 ml Sonnenblumenöl
- 125 g Mehl
- 1/2 TL Backpulver
- 75 ml Milch
- 1/2 Apfel



### Zubereitung - Bananenwaffeln einfach backen:

1. Schäle die Bananen und zerdrücke sie mit einer Gabel zu Mus. Schäle den Apfel und reibe ihn fein.
2. Rühre die Eier und das Öl mit dem Mixer schaumig.
3. Hebe das Bananenmus unter. Rühre die Milch ein.
4. Mische das Mehl und das Backpulver und hebe es unter den Teig. Rühre zum Schluss den geriebenen Apfel ein.
5. Heize dein Waffeleisen auf und backe portionsweise Waffeln aus. Ich verwende dieses [Mini-Waffeleisen\\*](#) und bekomme aus der Teigmenge 6 dicke Waffeln raus.

*Du kannst die Bananenwaffeln ohne Zucker prima vorbereiten. Sie halten sich im Kühlschrank bis zu 3 Tage und können auch eingefroren werden.*

### Unsere Empfehlung für Dich:

BACKEN FÜR KLEINE HÄNDE  
MUFFINS, SNACKS, BROT & BRÖTCHEN  
GANZ OHNE INDUSTRIEZUCKER

» ZUM SHOP

erhältlich unter <https://www.familienkost.de/shop/>