



Möhrenwaffeln



vegetarisch

Zutaten

• Zutaten für 8 Waffeln

- 300 g Möhren
- 50 g Butter
- 2 Eier
- 300 ml Mineralwasser
- 100 g Gries oder 80 g Polenta
- 100 g Mehl, bevorzugt Dinkel
- 80 g Parmesan oder ein anderer Käse nach Wahl
- optional 1 Prise Kurkuma

So werden die Möhrenwaffeln zubereitet

1. Rühre die Butter mit den Eiern schaumig.
2. Schäle die Möhren und reibe sie fein.
3. Gib die Möhren zusammen mit dem Wasser und den anderen Zutaten zur Eier-Buttermischung und rühre alles ordentlich mit einem Handrührgerät um.

Möhrenwaffeln aus dem Thermomix

1. Gib zuerst den Parmesan in den Mixtopf und zerkleinere ihn 15 Sekunden lang auf Stufe 10 – füll ihn dann um.
2. Schäle die Möhren und schneide sie in grobe Stücke. Gib sie in deinen Mixtopf und zerkleinere sie 5 Sekunden lang auf Stufe 5.
3. Als nächstes gibst du die Butter hinzu und verrührst sie mit den Möhren 3 Minuten lang



bei 50°C auf Stufe 1.

4. Schließlich kommen noch Mineralwasser, Eier, Gries, Parmesan, Kurkuma und Mehl in den Mixtopf und werden 15 Sekunden lang auf Stufe 5 untergerührt.

Je nachdem für wen du die Waffeln bäckst, kannst du den Teig auch noch etwas mit Salz oder Pfeffer würzen. Für Babys und kleine Kinder würde ich darauf aber verzichten!

Lass den Teig für 15 Minuten quellen und backe die Waffeln dann portionsweise in einem Waffeleisen aus. Ich verwende am liebsten unser [Herz-Waffeleisen*](#) – sehr beliebt bei Kindern sind aber auch lustige Motivwaffeln.

Unsere Empfehlung für Dich:



erhältlich unter

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