



Waffeln ohne Zucker



vegetarisch

Zutaten

- 125 g Mehl
- 125 g weiche Butter
- 125 g Weichweizengrieß
- 3 Eier
- 2-3 Äpfel oder 2 Bananen oder 190 g Obstmus
- 250 ml Milch
- 1/2 Päckchen Backpulver
- Vanille

So machst du die zuckerfreien Waffeln selber

1. Schlage die Eier in eine Schüssel und gib die weiche Butter dazu. Mixe beides zusammen schaumig. Füge dann den Grieß, das Mehl, die Milch, das Backpulver und etwas Vanille oder Zimt hinzu.
2. Wenn du einen frischen Apfel zum Süßen verwenden möchtest, dann raspele ihn nun hinein. Alternativ rührst du Apfelmark, pürierte Banane oder ein anderes Obstmark deiner Wahl unter.
3. Lasse den Teig eine halbe Stunde ziehen.
4. Heize dann dein Waffeleisen vor und backe den Teig darin portionsweise aus. Du brauchst es in der Regel nicht vorher einfetten, da der Teig durch die Butter fettig genug ist.

Unsere Empfehlung für Dich:



breirezept.de
BABY, BREI UND FINGERFOOD

Ein Rezept von Breirezept.de

© Jenny Böhme

<https://www.breirezept.de>

BACKEN FÜR KLEINE HÄNDE

MUFFINS, SNACKS, BROT & BRÖTCHEN
GANZ OHNE INDUSTRIEZUCKER

» ZUM SHOP

The book cover features a purple and white design with the title 'BACKEN FÜR KLEINE HÄNDE' and a subtitle 'MUFFINS, SNACKS, BROT & BRÖTCHEN GANZ OHNE INDUSTRIEZUCKER'. It includes a photo of a hand holding a small round cookie and another photo of a stack of pancakes. The author's name 'Jenny Böhme' is at the bottom.

erhältlich unter

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