

REZEPT FÜR MANDEL-ZITRONEN-WAFFELN



MANDEL-ZITRONEN-WAFFELN

Schwierigkeitsgrad: unkompliziert

Für 4-5 Stück | 35 Min.

Zutaten

- 1-2 Bio-Zitronen
- 3 Eier (Größe M)
- 1 Prise Salz
- 120 g SweetFamily Bio-Puderzucker
- 60 ml Rapsöl
- 180 g Dinkelmehl (Type 630)
- 150 g gemahlene Mandeln
- 2 TL Backpulver
- Öl für das Waffeleisen
- zum Bestäuben etwas SweetFamily Bio-Puderzucker



6400

ZUBEREITUNG

586

Kcal

pro Stück (bei
5) ca.

15

Gramm

Eiweiß

54

Gramm

Kohlenhydrate

32

Gramm

Fett

1. Zitronen heiß waschen und Schale fein abreiben. Saft auspressen und 70 ml abmessen.
2. Eier mit Salz ca. 2 Minuten schaumig schlagen. Bio-Puderzucker sieben, einrieseln lassen und weitere 2 Minuten schlagen. Zitronenschale, abgemessenen Zitronensaft und Rapsöl kurz unterrühren. Mehl, Mandeln und Backpulver mischen und kurz unterrühren.
3. Ein Waffeleisen auf mittlerer Stufe vorheizen und mit etwas Öl einpinseln. Pro Waffel ca. 2 EL Teig hineingeben und ca. 4 Minuten goldbraun backen. Waffeln mit SweetFamily Bio-Puderzucker bestreuen und warm servieren.

Tipp:

Dazu schmecken frische Früchte der Saison, z. B. Erdbeeren.