



vegane Vanille-Waffeln mit Himbeer-Creme

Zutaten

200 g Dinkelmehl

30 g Kokosöl

0.5 Esslöffel Kokosblütenzucker

1 Esslöffel Dattelsirup

1 Esslöffel Apfelessig

1 Teelöffel Backpulver

1 Prise(n) Salz

0.5 Teelöffel Puderzucker

50 g gekeimte Haferflocken

5 g Ingwer, frisch

0.5 Stück(e) Limette

50 g Margarine

120 g pflanzliche Joghurtalternative Vanille

260 ml Haferdrink

40 g Himbeeren, tiefgefroren

Kochzeit: 30 min

Gesamtzeit: 30 min

Portionen: 2

Zubereitung

1.

Nimm die pflanzliche Margarine zum Weichwerden aus dem Kühlschrank und lasse die Himbeeren auf Zimmertemperatur auftauen.

2.

Vermische den Haferdrink mit dem Apfelessig und stelle die Mischung für 5 Minuten beiseite.

3.

Schmilz das Kokosöl bei mittlerer Hitze in einem kleinen Topf.

4.

Vermische das geschmolzene Kokosöl dann mit der pflanzlichen Vanille-Joghurtalternative und dem Dattelsirup.

5.

Vermenge in einer großen Schüssel das Dinkelmehl, die gekeimten Haferflocken, Salz und Backpulver sorgfältig miteinander.

6.

Gib die Vanillejoghurt-Mischung und den Haferdrink hinzu, vermische alles zu einem geschmeidigen Teig und lasse ihn nochmal für 5 bis 10 Minuten quellen.

7.

Heize währenddessen dein Waffeleisen vor.

Schäle außerdem den Ingwer und reibe ihn fein. Und spüle die Limette mit heißem Wasser gründlich ab und reibe die Limettenschale ab.

8.

Schlage die pflanzliche Margarine mit einem Handrührgerät luftig auf, gib den Kokosblütenzucker, die Himbeeren, den geriebenen Ingwer, den Limettenabrieb und eine Prise Salz hinzu und schlage alles nochmal für etwa eine Minute auf.

9.

Stelle die Himbeer-Creme bis zum Servieren in den Kühlschrank.

10.

Gib pro Waffel ca. 3 EL Teig in dein Waffeleisen und backe sie goldbraun; wiederhole diesen Schritt, bis der Teig vollständig aufgebraucht ist.

11.

Lege eine Waffel auf einen Teller, bestreiche sie mit der Himbeer-Creme, lege eine zweite Waffel obendrauf und genieße dein Joghurt-Waffel-Sandwich mit etwas mehr Himbeeren.