

Pikante Süßkartoffel-Waffeln

Zutaten (für 4 Personen):

- 500 g Süßkartoffeln
- 5 (Größe M) Eier
- 4 EL Dinkelmehl
- 1 TL Weinstein- Backpulver
- Salz
- Pfeffer
- 1 EL gehackte Petersilie
- nach Belieben: weitere Kräuter
- etwas Bratöl

Waffeleisen einfetten und vorheizen. Inzwischen Süßkartoffeln schälen und mit der Reibe fein raspeln. Alle restlichen Zutaten mit den Süßkartoffelraspeln gut vermischen.

Den Teig in das Waffeleisen geben und etwa 6 Minuten backen. Die Backzeit kann je nach dem gewünschten Bräunungsgrad variieren.

Tipp:

Statt mit Dinkelmehl lassen sich die Waffeln auch gut mit Kichererbsenmehl, Linsenmehl oder Leinmehl backen.

Sendung/Quelle: Die Ernährungs-Docs

Sendetermin: 29.01.2024

Koch/Köchin:

Weitere Rezepte und Tipps auf: www.ndr.de/kochen