

Reformhaus

DEMSKI

VOLLKORN
WAFFELN &
Holunderkonfitüre



Vollkornwaffeln mit Holunderkonfitüre...



Carolin Demski, Inhaberin Reformhaus® DEMSKI, empfiehlt Wildfrucht Holunderkonfitüre von Lihn zu den Vollkornwaffeln.

Alle Zutaten für den Teig in eine Rührschüssel geben und dann mit dem Knethaken des Handrührgerätes zu einem glatten Teig verarbeiten.

Nun das Waffeleisen vorheizen. Oben und unten gut einfetten und etwa zwei bis drei Esslöffel Teig darauf verteilen. Das Waffeleisen schließen und die Waffeln fünf bis sieben Minuten backen.

Unser Tipp: Reichen Sie zu den Waffeln mit Wildfrucht Holunderkonfitüre von Lihn auch etwas Zimtsahne. Dazu die Sahne steif schlagen und etwas Zimt unterrühren.

Reformhaus

DEMSKI

Zutaten für 12 Waffeln:

Für den Teig:

- 200 g Vollkornmehl, Type 1050
- 250 g Sahnequark
- 5 EL Milch
- 3 Eier
- 1/4 TL Kardamom
- 100 g gemahlene Mandeln
- 5 EL Ahornsirup

Zum versüßen:

- 1 Glas Wildfrucht Holunderkonfitüre von Lihn
- etwas Zimt
- 1 Becher süße Sahne