

Rezept 6 / 2: Dinkelwaffel

500 g Dinkel mahlen.
1 Pk. Weinstein-Backpulver und
1 Prise Salz mit dem Mehl gut vermengen.
Wasser (stark Kohlensäurehaltig) dazu geben und verrühren bis ein geschmeidiger Waffelteig entsteht. Das Waffeleisen mit Öl einpinseln und die Waffel 3 - 5 Minuten backen.
Waffelteig kann man bis zu 5 Tagen in einer Schüssel mit Deckel im Kühlschrank aufbewahren.
Um Zeit zu sparen, kann man Waffeln im Voraus backen und eine Schicht Butterbrotpapier zwischen die abgekühlten Waffeln legen und in einer Tüte einfrieren. Bei Bedarf Portionsweise entnehmen und im Toaster toasten.

Lebensmittel

Dinkel

Fleisch: Nein **Fisch:** Nein **Butter:** Nein**Rezeptart:** Frühstück**Schonkost:** Nein