



Zutaten für ca. 8 Waffeln



100 g Hokkaido-Kürbis



) 1 mittelgroße Karotte) ½ kleine Zwiebel



50 g Butter



2 Eier



) 50 g Weizenvollkornmehl) 100 g Weizenmehl (Type 1050)) 1 TL Backpulver



100 ml Milch (1,5 % Fett) 100 g Joghurt (1,5 % Fett)



50 g geriebener Parmesan



2-3 Schuss Mineralwasser mit Kohlensäure



1 TL frischen Rosmarin



4 TL Jodsalz mit Fluorid

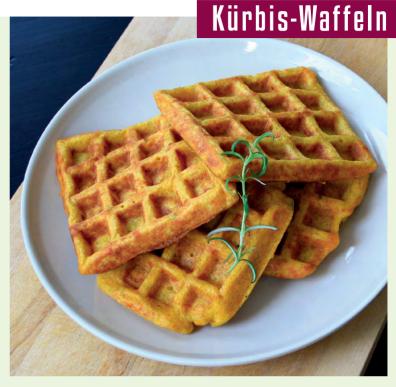
1 Prise Pfeffer

1 Prise Paprikapulver edelsüß

🔘 ¼ TL Kurkuma



etwas Rapsöl für das Waffeleisen



Küchenwerkzeuge 2 Zeit 30 min

- Küchenwaage
- zwei Rührschüsseln
- Messbecher
- Pürierstab
- Küchenmesser
- Esslöffel
- Küchenreibe (fein)
- Waffeleisen
- Handrührgerät oder Schneebesen

Variation

Schmeckt auch mit Thymian oder Salbei anstelle des Rosmarins oder mit Bergkäse oder Greyerzer anstelle des Parmesans.



www.in-form.de www.diekuechenpartie.de

Gefördert durch:









Zubereitung für ca. 8 Waffeln

- 1 Kürbis und Karotte waschen, schälen und fein raspeln.
- 2 Rosmarin waschen, trocken schütteln und fein hacken. Zwiebel schälen und fein würfeln.
- 3 Eier trennen. Weiche Butter mit den Eigelben cremig rühren.
- 4 Mehl, Backpulver, Salz, Pfeffer, Kurkuma und Paprikapulver mischen. Joghurt und Milch unter die Buttermasse rühren. Mehlmischung in mehreren Schritten hinzufügen. Mineralwasser schluckweise unterrühren.
- 5 Kürbis- und Karottenraspeln sowie Zwiebelwürfel hinzugeben.
- 6 Eiweiße steif schlagen und unter den Waffelteig heben.
- 7 Waffeleisen erhitzen und mit Öl einfetten. Je nach Waffeleisen 2-3 EL Teig auf die Waffeleisenfläche geben und so nacheinander die Waffeln ausbacken.

Kürbis-Waffeln



 Fertige Waffeln können im heißen Backofen (ca. 50°C) warmgehalten werden.



zusammenleckerkochen

Gefördert durch:



