

Rezept: Herzhafte Waffeln am Stiel

| | |
|------------------------|------------|
| Vorbereitung | 30 Minuten |
| Ruhe-, Gar- & Backzeit | 20 Minuten |
| Gesamtzeit | 50 Minuten |



Der Vorteil von Waffeln am Stiel

Waffeln am Stiel haben (neben dem herzhaften Genuss) einen Vorteil gegenüber herkömmlichen Waffeln: Einen Stiel. Das macht sie perfekt zum [Backen mit Kindern](#) oder als [Meal Prep](#) für die [Snackification des Alltags](#).

Rezept: Herzhafte Waffeln am Stiel

18 PORTIONEN  simpel

180 g Karotten
70 g Petersilienwurzel
120 g Deli Reform Das Original
2 TL Eiersatzpulver vegan (alternativ, 2 Eier)
180 g Dinkelmehl
1 1/4 TL Backpulver
180 ml Vegane Milch
1 1/2 TL Gemischte Kräuter (TK)
1/2 TL Haferflocken
Salz
Pfeffer
Backtrennspray
18 Holzstäbchen

1 KAROTTEN, PETERSILIE REIBEN

Zur Vorbereitung die Karotten und die Petersilienwurzel schälen, waschen und grob reiben.

2 MARGARINE UND EIERERSATZPULVER AUFSCHLAGEN

Für den Waffelteig die weiche Margarine aufschlagen. Das Eiersatzpulver zügig mit der Margarine vermengen.

3 TEIG ZUBEREITEN

Anschließend das Mehl mit dem Backpulver mischen und abwechselnd mit der veganen Milch per Hand unter den Teig geben und verrühren.

4 KRÄUTER & HEFEFLOCKEN, GEMÜSE ZUM TEIG GEBEN

Die Kräuter zusammen mit den Hefeflocken und dem Gemüse zum Teig geben, untermengen und kräftig mit Salz und Pfeffer würzen.

5 WAFFELN AUSBACKEN

Das Waffeleisen nun zum Backen mit Backtrennspray besprühen und nacheinander 3 große Waffeln ausbacken.

6 WAFFEL SERVIEREN

Anschließend jede Waffel in 6 herzförmige Stücke teilen, vorsichtig ein Holzstäbchen in jedes Waffelstück stecken und noch heiß genießen. Guten Appetit!

7 TIPP

Dazu passt ein veganer Kräuter-Dip oder veganer Quark.

Diese und weitere leckere Rezeptideen findest du auf:
<https://www.deli-reform.de/rezepte>