

REZEPT SÜSSKARTOFFEL WAFFELN

(für 4 Waffeln)



Zutaten:

- 1 Süßkartoffel (ca. 300 g, gekocht und püriert)
- 2 Eier
- 100 g Dinkelmehl
- 50 ml Milch oder pflanzliche Alternative
- 1 TL Backpulver
- 1 TL Kurkuma (optional, für Farbe und Geschmack)
- Salz und Pfeffer nach Geschmack
- 1 TL Ghee (für die Waffeleisen-Platten)
- 100 g Räucherlachs (als Topping)

Zutaten Kräuterquark:

- 150 g Quark oder pflanzliche Alternative
- 1 TL Zitronensaft
- 1 EL gehackte frische Kräuter
- Salz und Pfeffer nach Geschmack

Zubereitung:

1. Die gekochte Süßkartoffel zu einem feinen Püree verarbeiten.
2. In einer Schüssel Eier, Süßkartoffelpüree und Milch verrühren. Mehl, Backpulver, Kurkuma sowie eine Prise Salz und Pfeffer hinzugeben und zu einem glatten Teig verrühren.
3. Das Waffeleisen leicht mit Ghee einfetten und den Teig portionsweise zu Waffeln ausbacken, bis sie goldbraun und knusprig sind.
4. Den Quark mit Zitronensaft und gehackten Kräutern verrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
5. Die warmen Süßkartoffel-Waffeln mit einem Klecks Kräuterquark und einer Scheibe Räucherlachs servieren. Optional mit frischem Salat oder einer Handvoll Sprossen garnieren.