



BIOSÜDTIROL



Bio-Bäuerin Martina serviert: Apfel-Grieß Waffeln.

Zubereitungszeit: 25 Minuten

Schwierigkeitsgrad: Leicht

Zutaten (7 Portionen)

- 1 Natyra
- 60 g Dinkelvollkornmehl
- 60 g Dinkelgrieß
- 60 g geschmolzene Butter
- 1 Ei
- 120 ml Milch
- 1 TL Zimt
- Zitronensaft

Zubereitung

Das Ei mit der Butter schaumig rühren, Mehl und Grieß dazugeben. Anschließend mit der Milch zu einem glatten Teig verrühren. Den Apfel mit der Schale fein reiben, mit Zimt und Zitronensaft abschmecken und zum Teig geben. Einen Esslöffel Teig pro Waffel ins vorgeheizte Waffeleisen geben, circa fünf Minuten backen und mit einem Lächeln servieren!

Martinas Tipp



BIOSÜDTIROL

Für Kleinkinder kann man das Ei mit einer Prise Salz aufschlagen, die Kuhmilch kann für Babys auch mit Hafermilch oder ähnlichem ersetzt werden. Besonders lecker schmecken die Waffeln noch warm und mit gedünsteten Apfelscheiben serviert. Guten Appetit