



Vegane Lauchwaffeln

ZUTATEN FÜR ETWA 6 BELGISCHE WAFFELN

- 200 g Porree bzw. Lauch
- 250 Mehl | z.B. Dinkelmehl Type 630
- 300 ml Pflanzendrink | z.B. Haferdrink
- 110 g vegane Butter oder Margarine | Zimmertemperatur
- 2 EL Haferflocken | Feinblatt oder Kernige
- 1 bis 2 EL frische oder getrocknete Kräuter | z.B. Petersilie oder Schnittlauch
- 1 TL Backpulver
- Salz
- 1 Schuss Sprudelwasser bzw. Mineralwasser

ZUBEREITUNG

1. Lauch vorbereiten: Den Lauch säubern und in Ringe oder sehr feine Stücke schneiden. Danach 1 EL der Butter in einer Pfanne erhitzen und den Lauch darin für etwa 5 Minuten anbraten. Mit einer Prise Salz würzen.

2. Waffelteig zubereiten: Dafür das Mehl, ca. 1/2 TL Salz und das Backpulver in eine Schüssel geben und miteinander vermengen. Die Butter, den Pflanzendrink und 1 Schuss Sprudelwasser dazugeben und alles zu einem glatten Teig verarbeiten. Hierfür eignet sich z.B. ein Schneebesen, ein Silikonschaber oder ein Küchengerät sehr gut. Im Anschluss den Lauch unter den Teig heben.

3. Vegane herzhaft Waffeln backen: Das Waffeleisen nach Herstellerangaben erhitzen und nach Bedarf mit Öl benetzen. Pro Waffel etwa 3 bis 5 EL in das Waffeleisen füllen und solange backen, bis die Waffeln fest und goldbraun sind.