

Fluffige Skyr-Waffeln mit Ahornsirup, Beeren und Puderzucker

VORBEREITEN

15
Min.

ZUBEREITEN

15
Min.

NIVEAU



einfallen lassen, wie ich Waffeln etwas kalorienärmer zubereiten kann. Die Wunderwaffe ist Skyr. Das isländische Milchprodukt ist besonders fettarm und dabei eine ideale Eiweißquelle. Statt Zucker verwende ich Ahornsirup, toppe die Waffel mit einer Extraportion Skyr und Beeren und schon habe ich mir ein super Sattmacher-Frühstück gezaubert.

- 1 -

Skyr, Milch, Eier, Ahornsirup und Vanilleextrakt in eine große Schüssel geben und ca. 3 Minuten glatt rühren.

- 2 -

Mehl mit Backpulver und Salz vermengen und portionsweise unter die Skyr-Mischung heben. Waffeleisen vorheizen und einfetten. Je 200-230 ml Teig ins Eisen geben und 3-5 Minuten portionsweise zu goldbraunen Waffeln ausbacken.

- 3 -

Waffeln mit Beeren, Ahornsirup und Puderzucker toppen und warm servieren.

Zutaten für 4 Portionen

Für den Teig

500 g Skyr
180 ml Milch
4 Eier
2 Esslöffel Ahornsirup
2 Teelöffel Vanilleextrakt
280 g Mehl
2,5 Teelöffel Backpulver
1 Prise(n) Salz

Für das Topping

200 g Skyr
100 g Blaubeeren
100 g Brombeeren
Ahornsirup
Puderzucker

Ich kann ihn niemals ignorieren. Den Geruch von Waffeln. Wieso riechen Waffeln eigentlich sooo unfassbar gut? Da ich also jeden Tag Waffeln essen kann, musste ich mir was