



Grüne Waffeln mit Tomaten-Creme

Schritte: 7

Schwierigkeitsgrad: Mittel

Zutaten

4 Portionen

250 ml	Sojamilch	350 g	Naturjoghurt
250 g	Dinkelvollkornmehl	80 g	Basilikum
80 g	Spinat	1	Knoblauchzehe
2 EL	Pflanzenöl	2	Eier
1 TL	Backpulver		Salz, Pfeffer
2 Spritzer	Zitronensaft		Muskatnuss
1 Glas	Tomaten, halbgetrocknet	Saft	1 Zitrone
2 EL	Olivenöl	2	Knoblauchzehen

Zubereitung

1. Spinat und Basilikum waschen und trocken schleudern. Stiele müssen nicht entfernt werden.
2. Zusammen mit der Sojamilch, der Knoblauchzehe und dem Olivenöl fein pürieren.
3. Anschließend die Eier verquirlen und hinzufügen.
4. Das Mehl und das Backpulver mit der grünen Masse vermengen. Mit Saft $\frac{1}{2}$ Zitrone, Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen.
5. Den Teig ca. 10 Minuten ruhen lassen und danach im Waffeleisen ausbacken. Fertige Waffeln im Ofen bei ca. 70 °C warm stellen.
6. In der Zwischenzeit die Tomaten grob hacken und anschließend mit Olivenöl, Knoblauch und restlichen Zitronensaft fein pürieren/mixen.
7. Tomatenpüree mit Joghurt vermengen mit Salz und Pfeffer abschmecken und auf Waffeln anrichten.