

## Mandel-Joghurt-Waffeln



### Zutaten für 8 Stück:

- 250 g griechischer Joghurt
- 3 Eier
- 4 EL Rapsöl
- 2 Bananen (reif)
- 300 g Weizenmehl
- 1 TL Backpulver
- 70 g gemahlene Mandeln
- 2 EL Sprudelwasser

**Arbeitszeit:** ca. 10 Minuten

**Kochzeit/Backzeit:** ca. 30 Minuten

**Gesamtzeit aktiv:** ca. 40 Minuten

### Zubereitung:

1. Gib den Joghurt, die Eier, sowie das Öl in eine Schüssel verrühre alles schön cremig.
2. Schäle die Bananen und püriere sie. Rühre die Bananen zur Joghurtcreme.
3. Mische das Mehl mit dem Backpulver und den Mandeln in einer Schüssel. Siebe anschließend die Mehlmischung zur Joghurtmischung und mixe alles zu einem geschmeidigen Teig.
4. Rühre zum Schluss das Mineralwasser unter.
5. Heize das Waffeleisen vor und bepinsele es mit Öl. Wenn das Waffeleisen gut aufgeheizt ist, bäckst du deine Waffeln portionsweise goldgelb bis der Teig aufgebraucht ist.

6. Serviere sie anschließend mit einem Topping deiner Wahl. Wir mögen sie sehr gern mit Apfelmark oder anderem Obstmus, frischen Früchte oder Ahornsirup.

Besuch uns gern wieder auf [familienkost.de](https://www.familienkost.de) und stöber in unserem [Shop](#).

