Hafer-Waffeln mit Beerenblitzeis

Zutaten für 4 Personen:

150 g zarte Haferflocken

1 Tl Weinstein-Backpulver

1 EL brauner Rohrrohrzucker oder Dattelsüße

1/2 Tl Ceylon Zimtpulver

1 Prise Salz

50 g Kokosöl

270 ml Milch 1,5% (oder Haferdrink)

1 Ei (M)

Zubereitung:

Die Haferflocken im Blitzhacker oder Mixer portionsweise fein zermahlen. Hafermehl mit Backpulver, Zucker, Zimt und eine Prise Salz in eine Schüsselgeben und vermischen. das Kokosöl in einem kleinen Topf bei kleiner Hitze schmelzen. Die Milch mit 40g Kokosöl und dem Ei in einer zweiten Schüssel gründlich verrühren, dann zur Hafermehl Mischung gießen und alles mit dem Schneebesen zu einem glatten Teig verrühren. Den Teig ca. 10 Minuten ruhen lassen.

Das Waffeleisen erhitzen, mit 1 TL Kokosöl einfetten und 4 EL Teig hineingeben. den Deckel schließen und bei mittlerer Hitze in 4-5 Minuten eine goldbraune Waffel backen. Danach herausnehmen und den restlichen Teig ausbacken.

Waldfrucht-Blitzeis

Für 4 Personen

- 500 Gramm gefrorene Waldfrüchte
- 250 Gramm Quark
- 2 Esslöffel Naturjoghurt
- Honig (nach Geschmack)

Waldfrüchte ca. 10 Minuten antauen lassen, dann mit Quark, Naturjoghurt und dem Honig in einem Mixer (oder Pürierstab) mixen. Das Eis in die Granola Körbchen füllen und servieren.

Guten Appetit 😊