

Bananenwaffeln ohne Zucker

Zutaten:

- 1 Große Banane
- 200 g Mehl
- ½ TL Vanilleextrakt
- 2 TL Backpulver
- 125 ml stilles Wasser
- 1 EL Sonnenblumenöl
- 125 ml Hafermilch oder Milch
- 1 Prise Salz
- Etwas Butter zum einfetten
- Waffeleisen

Anleitung:

1. Für die Bananenwaffeln zerdrückt ihr als Erstes eure Banane mit einer Gabel in einer großen Rührschüssel. Am besten eignen sich Bananen die schon sehr reif sind.
2. Anschließend gebt ihr 200g Mehl, einen halben TL Vanilleextrakt, zwei TL Backpulver, einen EL Sonnenblumenöl und 125 ml Milch oder Hafermilch und eine Prise Salz hinzu. Ihr vermengt alle Zutaten miteinander und gebt dann das Wasser hinzu bis sich ein cremiger Waffelteig ergibt. Lasst den Teig für ca. 10 bis 20 Minuten stehen bevor ihr den Waffelteig weiterverarbeitet.
3. Nach der Ruhezeit könnt ihr euer Waffeleisen aufheizen, anschließend mit etwas Butter einfetten und den Waffelteig hineingeben.

