

## Rezept

# Vegane Waffelhäppchen (herhaft)

Ein Rezept von Vegane Waffelhäppchen (herhaft), am 18.12.2025

## Zutaten

## FÜR DEN TEIG:

- |               |                                 |              |                                |
|---------------|---------------------------------|--------------|--------------------------------|
| <b>300 g</b>  | Dinkelmehl (Type 630)           | <b>2 TL</b>  | Zucker                         |
| <b>1/2 TL</b> | schwarzer Pfeffer aus der Mühle | <b>1 TL</b>  | Salz                           |
| <b>1/2 TL</b> | Backpulver                      | <b>200 g</b> | gefrorene oder kalte Margarine |

## FÜR DEN BELAG:

- |                 |                  |                  |                                 |
|-----------------|------------------|------------------|---------------------------------|
| <b>1</b>        | reife Avocado    | <b>1/2</b>       | Bio-Limettede                   |
| <b>1/2</b>      | rote Zwiebel     | <b>2 Stängel</b> | Koriandergrün                   |
|                 | Salz             |                  | schwarzer Pfeffer aus der Mühle |
| <b>1/2 Bund</b> | große Radieschen |                  |                                 |

#### **AUßerdem:**

- neutrales Pflanzenöl für das Waffeleisen

# Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 20 Stück | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 150 kcal

## Zubereitung

1. Für den Teig die trockenen Zutaten vermischen. Gefrorene Margarine darüberreiben oder kalte Margarine in Flöckchen zugeben und alles mit den Knethaken des Handrührgeräts oder den Händen krümelig mischen. Nach und nach 3-4 EL eiskaltes Wasser zugeben, bis sich die Krümel zusammenklumpen. Alles mit den Händen schnell verkneten, den Teig zur einer Kugel formen, flach drücken und in Frischhaltefolie gewickelt ca. 30 Min. kalt stellen.
  2. In der Zwischenzeit für den Belag die Avocado halbieren, den Kern entfernen und das Fruchtfleisch mit einem Löffel aus der Schale lösen. Die Limette auspressen. Das Avocadofruchtfleisch mit dem Limettensaft mischen und mit einer Gabel zerdrücken. Die Zwiebel schälen und sehr fein würfeln. Den Koriander waschen, trocken schütteln und die Blättchen sehr fein hacken. Zwiebel und Koriander zur Avocadocreme geben und die Mischung mit Salz und Pfeffer aus der Mühle abschmecken. Die Creme bis zur Verwendung kühl stellen.
  3. Die Radieschen waschen, abtrocknen und mit einem Sparschäler lange Spiralen von Schale und Fruchtfleisch abschälen (den Rest der Radieschen anderweitig verwenden). Die Spiralen zu 20 kleinen »Röschen« zusammenrollen und in Eiswasser legen.
  4. Das Waffeleisen auf höchster Stufe vorheizen und leicht fetten. Den gekühlten Teig in 20 Portionen à ca. 30 g aufteilen. Jede Portion zur Kugel formen, etwas flach drücken und immer drei auf einmal in das Waffeleisen geben. Jede Portion 3-4 Min. backen, die Waffeln herausnehmen und auf einem Kuchengitter auskühlen lassen.

5. Die abgekühlten Waffeln mit jeweils 1 gut gehäuften TL Avocadodip und 1 Radieschenrose garnieren.