



## Zucchini-Möhren-Waffeln

### Zutaten (ergibt ca. 7 runde Waffeln):

- 150 g Mehl
- 3 Eier
- 150 g Naturjoghurt
- 1 Zucchini (ca. 250 g)
- 2 Möhren (ca. 150 g)
- Salz
- 1 Schalotte
- 1 Knoblauchzehe
- Pfeffer
- 1 EL "rische's Kräutergarten"
- Öl zum Fetten (Waffeleisen)

### Zubereitung:

- Mehl mit Eiern, Joghurt und 50 ml Wasser verrühren. Teig 10 Minuten quellen lassen.
- Zucchini waschen, putzen und grob raspeln. Möhren schälen und auch grob raspeln. Gemüseraspel leicht salzen und 10 Minuten stehen lassen. Überschüssiges Wasser abgießen.
- Schalotte und Knoblauchzehe abziehen und fein würfeln. Zucchini, Möhren, Schalotte und Knoblauchzehe unter den Teig rühren. Mit Salz, Pfeffer und "rische's Kräutergarten" abschmecken.
- Waffeleisen einfetten und aus dem Teig ca. 7 Waffeln backen.