

Bananen Sandwich Waffeln mit Eis von Jasna

○ Leicht

Zutaten für Personen

Zubereitungszeit:

Zutaten für ca. 11 runde belgische Waffeln

100 g Einkorn-Vollkornmehl

100 g Bio-Kokosmehl

6 EL Bio-Kokosblütenzucker

4 EL Pfeilwurzstärke

2 Zitronen

1 EL Weinsteinbackpulver

ca. 260 ml Wasser

165 ml Bio-Kokosöl

150 ml Ahornsirup

280 g Bananen (das sind ca. 2 1/2 Stück)

1 Vanilleschote

Zutaten für das vegane Erdbeereis

4 gefrorene Bananen (vor dem Einfrieren in Scheiben geschnitten)

100 g gefrorene Erdbeeren (vor dem Einfrieren halbiert)

1/3 TL Vanillepulver

Deko zum Servieren

Erdbeeren, halbiert

Zubereitung Waffeln

1

Das Waffeleisen bereits vorheizen.

2

Das Kokosöl im Wasserbad schmelzen.

3

Die Schale der Zitrone abreiben und den Saft auspressen.

4

Die Vanilleschote der Länge nach halbieren und das Mark auskratzen.

Zubereitung Waffeln

Zubereitung veganes Erdbeereis

5

Alle trockenen Zutaten in einer Schüssel mischen.

6

Nun alle flüssigen Zutaten im Hochleistungsmixer mixen.

7

Die flüssigen Zutaten in die trockenen gießen und umrühren. Der Teig sollte nicht zu fest und nicht zu flüssig sein. Bei Bedarf noch etwas Mehl oder Wasser hinzu geben.

8

Das Waffeleisen mit etwas Kokosöl auspinseln und den Teig mit einer Suppenkelle in das Waffeleisen portionieren.

9

Den Waffelteig goldbraun ausbacken. Die erste fertige Waffel testen. Wenn sie dir nicht süß genug ist, noch etwas nachsüßen und umrühren.

10

Waffeln nach und nach ausbacken und auf einem Kuchengitter abkühlen lassen.

11

Die Waffeln im Kühlschrank noch weiter herunter kühlen, damit das Eis später nicht so schnell in ihnen schmilzt.

Zubereitung veganes Erdbeereis

1

Alle Zutaten in den Hochleistungsmixer geben und mit Hilfe des Spatels mixen bis eine cremige Konsistenz entsteht. Nicht zu lange mixen, dann fängt das Eis an zu schmelzen.

2

Je eine Waffel nehmen und einen Klecks Eis drauf geben. Eine zweite Waffel sandwichartig drauf geben und andrücken.

3

Mit den halbierten Erdbeeren dekoriert sofort servieren.



Tipp:

Als Topping noch etwas gekühltes Kokosmus darüber raspeln.