

VEGANE SAUERTEIG- WAFFELN

mit BÖCKER Sauerteig Starter Roggen



einfach



Backzeit ca. 22 Minuten

Gesamtzeit: ca. 15 Std.

Zubereitung

1. **BÖCKER Sauerteig Starter Roggen** zerbröseln, mit dem Weizenmehl, Honig, Mandeldrink und Apfelessig in eine Schüssel geben, verrühren und mindestens 14 Stunden an einem warmen Ort ruhen lassen.
2. Nach der Ruhezeit die geschroteten Leinsamen mit 6 TL warmem Wasser verrühren und 10 Minuten quellen lassen. Anschließend Leinsamenmischung, Backpulver, Salz und Öl zum Sauerteigansatz aus dem ersten Schritt zugeben und vermengen.
3. Waffeln im vorgeheizten und leicht eingölten Waffeleisen ausbacken.
4. Die warmen Waffeln optional mit Früchten, veganer Joghurtalternative und/oder Ahornsirup servieren.

Zutaten:

Für den Vorteig:

- 250 g **BÖCKER Sauerteig Starter Roggen**
- 125 g Weizenmehl Type 40
- 5 Eier (Gr. M)
- 2 TL Honig
- 480 ml Mandeldrink
- 2 TL Apfelessig

Für den Waffelteig:

- 2 TL Leinsamen, geschrotet
- 6 TL warmes Wasser
- ½ TL Backpulver
- ½ TL Salz
- 2 TL Öl

Optional: frische Früchte, Joghurt alternative
Ahornsirup

Außerdem: Waffeleisen



Jetzt Bestellen!

Mehr Informationen unter:
www.sauerteig.de | www.sauerteig.shop

