



HERZHAFTE LINSENWAFFELN

LINSEN | HÜLSENFRUCHT- & REIS-MEHLE | HAUPTSPEISE | 60+ MIN | VEGETARISCH



Zutaten (10 Stück)

200 g Müller's Mühle Rote Linsen
1 kleine rote Zwiebel
80 g Müller's Mühle Kichererbsenmehl
1 gestrichener TL Backpulver
3 Eier
2 EL Olivenöl
5 Stiele glatte Petersilie
1 EL Italian Allrounder (Gewürzmischung mit getrockneten italienischen Kräutern)
Salz, Pfeffer
80 ml Mineralwasser
125 g Mini-Mozzarellakugeln
80 g grünes Pesto
100 g Cherrytomaten
Waffeleisen für eckige Waffeln
Öl zum Einfetten

Produktempfehlungen



**KICHERERBSEN
MEHL**



ROTE LINSEN

Zubereitungen

1. Rote Linsen nach Packungsanweisung in Salzwasser für ca. 15 Minuten garen. Abgießen und abkühlen lassen.
2. Rote Zwiebel abziehen und grob zerkleinern. Linsen und Zwiebeln im Mixer pürieren. Dann mit Kichererbsenmehl, Backpulver, Eiern, Olivenöl, Gewürzen und Mineralwasser verquirlen. Petersilie fein hacken und unterheben.
3. Waffeleisen mit etwas Öl auspinseln. Waffelteig hineingeben und nach und nach 10 Linsenwaffeln ausbacken. Fertige Waffeln zum Warmhalten in den 50°C warmen Ofen stellen.
4. Mini-Mozzarellas und Tomaten halbieren. Zusammen mit dem Pesto auf den Waffeln anrichten und warm servieren!