

# ANDECHSER NATUR



## Gemüse Waffeln mit körnigem Frischkäse

**Zubereitungszeit:** 30 Minuten für ca. 8 Waffeln

### Zutaten:

1 kleine Zucchini (etwa 200 g)  
1 Karotte (etwa 90 g)  
50 g zarte Haferflocken  
1 Ei  
100 g ANDECHSER NATUR Korniger Bio-Frischkäse  
2 TL Backpulver

Gewürze: Herbaria Bio-Gewürzsalz Pizza e Pasta oder

1 TL Knoblauchpulver  
1 TL italienischer Kräuter  
½ TL Paprikapulver  
½ TL Salz

1 Prise Pfeffer

85 g Mehl

100 ml Milch

Zum Einfetten:

etwas ANDECHSER NATUR Bio Almbutter

## So geht's

**Zubereitung:**

Zucchini und Karotten raspeln und enthaltenes Wasser durch ein Sieb oder Tuch gut auspressen.

Mit den restlichen Zutaten verrühren.

In einem mit Butter eingefetteten Mini-Waffeleisen 8 Waffeln ausbacken.

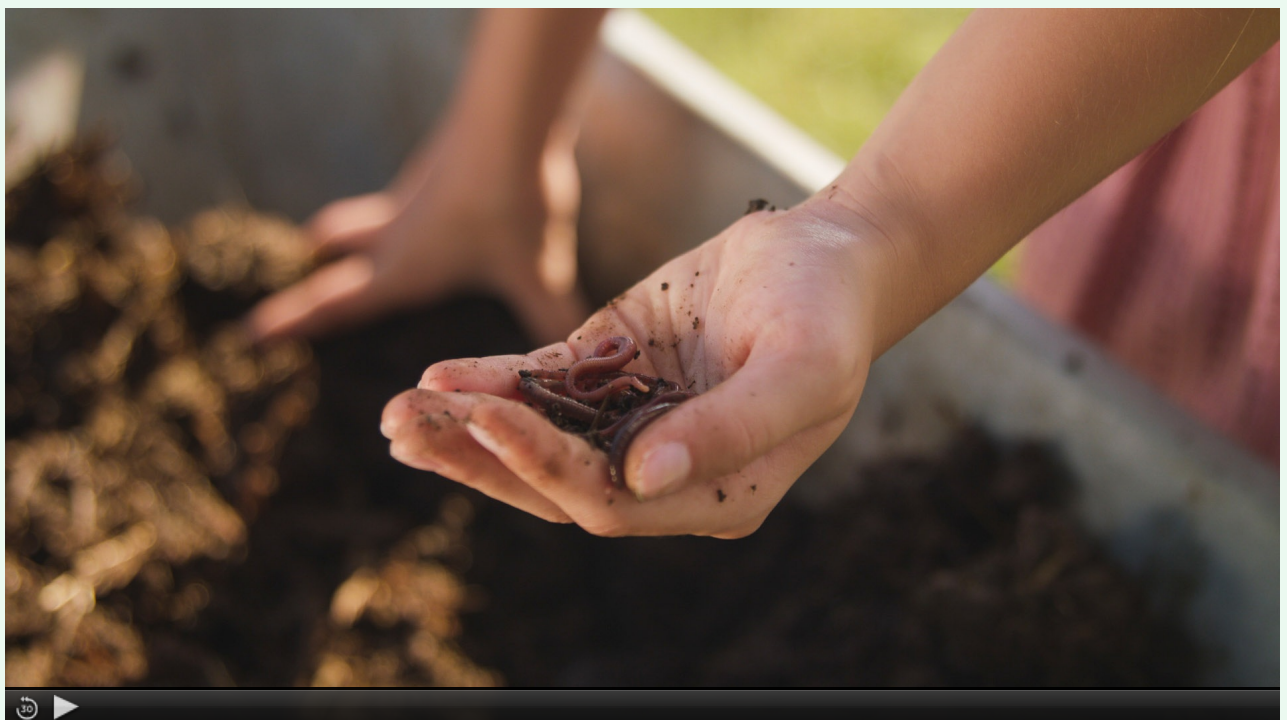
Am besten ein Waffeleisen für dickere Waffeln verwenden, wie ein Mini-Waffeleisen oder für belgische Waffeln.

## Der ANDECHSER NATUR Bio-Standard

**Was gehört zu einer artgerechten Tierhaltung?**



**Warum ist ein gesunder Boden so wichtig?**



**Wie funktioniert Humusaufbau mit Mikroorganismen?**



Was ist muttergebundene Kälberaufzucht?

