

Schoko-Waffeln mit Bananen-Joghurt

Für zwei Personen

1 reife Banane	125 g Joghurt	75 g Magerquark
40 g Margarine	1 Ei	1 EL Haferflocken
1 EL Kakaopulver	1 Msp. Backpulver	75 g Mehl
3 EL flüssiger Honig	110 ml Milch	

Das Waffeleisen vorheizen. Die Margarine und einen Esslöffel Honig vermengen und schaumig schlagen. Das Ei trennen. Das Eigelb und den Quark einrühren. Das Mehl die Haferflocken, das Kakao- und Backpulver in einer weiteren Schüssel vermengen und zu der Eigelb-Masse geben. Die Milch ebenfalls einrühren, bis ein zähflüssiger Teig entsteht. Das Eiweiß steif schlagen und unter den Teig heben. Den Teig in das Waffeleisen geben und zwei bis vier Waffeln daraus backen. Die Banane schälen. Den restlichen Honig erhitzen und die Banane darin anbraten. Anschließend mit der Gabel zerdrücken. Den Joghurt mit der Banane vermengen und zu den Schokowaffeln servieren.

Dennis Gatzke am 25. Oktober 2012