



**SCHOKOWAFFELN  
MIT BANANEN-  
JOGHURT**



REZEPT FÜR 4 PERSONEN

# SCHOKOWAFFELN MIT BANANENJOGHURT

## DU BRAUCHST (FÜR 4 PERSONEN):

40 g Margarine  
1 EL Honig  
1 Ei  
75 g Magerquark  
75 g Mehl Type 1050  
1 EL Haferflocken (ca. 10 g)  
1 EL Kakaopulver (ca. 10 g)  
1 Messerspitze Backpulver  
110 ml Milch (1,5% Fett)  
1 kleine reife Banane (ca. 25 g)  
125 g Joghurt (1,5% Fett)

## ZUBEREITUNG:

Heizen Sie das Waffeleisen vor. Geben Sie Margarine und Honig in eine Rührschüssel und quirlen Sie die Masse mit einem Handmixer schaumig.

Trennen Sie das Ei und rühren Sie das Eigelb mit dem Magerquark in den Margarine-Honig-Mix.

Mischen Sie nun Mehl, Haferflocken, Kakao- und Backpulver in einer weiteren Schüssel und geben Sie die Mischung unter die Eigelbmasse.

Rühren Sie dann Milch unter, sodass ein zähflüssiger Teig entsteht.

Schlagen Sie das Eiweiß zu steifem Schnee, heben Sie es unter den Teig und backen Sie daraus im Waffeleisen nacheinander vier Waffeln.

Schälen Sie nun die Banane und zerdrücken Sie sie auf einem Teller. Diese dann gemeinsam mit dem Joghurt in einer kleinen Schüssel glatt rühren und zu den Waffeln servieren.

