

Vegane Vanille-Waffeln



Ich werde so oft nach unserem liebsten veganen Waffel-Rezept gefragt: und hier ist es! Wir lieben diese veganen Vanille-Waffeln und haben sie auch schon mit meinem Jugendkreis an Gemeindefesten erfolgreich verkauft ... sie sind also öffentlichkeitsgeprüft! Trotzdem ist es nicht ganz so einfach, vegane Waffeln zu backen und deshalb gebe ich Euch jetzt noch ein paar wichtige Tipps dazu: Ihr könnt diese Waffeln auch mit Vollkornmehl backen oder halb Vollkornmehl, halb Auszugsmehl - aber laßt Euch gesagt sein, die Begeisterung Eurer Gäste sinkt mit dem Vollkornanteil! So selten wie wir diese Vanille-Waffeln backen, nehme ich jetzt tatsächlich meistens helles Mehl (das ist bei uns Dinkel 1050): das macht bei dieser Art von Waffeln wirklich viel aus. Außerdem empfehle ich Euch, das Waffeleisen nicht zu früh aufzumachen und es gut einzufetten: sonst habt Ihr eine ziemliche Schmiererei im Eisen, denn vegane Waffeln brauchen ein wenig länger beim Backen (das liegt vor allem daran, daß im Vergleich zu herkömmlichen Waffelrezepten kaum Fett im Teig ist!). Wenn Ihr das beachtet, steht Eurem veganen Waffelgenuß nichts mehr im Wege und Ihr werdet begeistert sein, wie schnell der Teig angerührt ist.

Zutaten

- 500 g Dinkelmehl, Type 1050 (oder heller)
- 100 g Birkenzucker (Rohrohrzucker geht natürlich auch!)
- 1/2 TL Salz
- 2 EL Backpulver
- 1/4 TL Vanille, gemahlen
- 3 EL geschmacksneutrales Pflanzenöl
- 500 ml Haferdrink mit Vanillegeschmack
- 100 ml stark gesprudelt Mineralwasser
- geschmacksneutrales Pflanzenöl zum Einfetten des Waffeleisens

Bitte immer biologisch angebaute Zutaten verwenden - es macht so einen großen Unterschied: im Geschmack und für unsere Erde!

Zubereitung

Zuerst werden alle trockenen Zutaten in einer großen Schüssel gut miteinander vermischt. Dann gibt man nacheinander den Vanille-Drink und das Öl dazu und rührt alles mit dem Handrührgerät zu einem glatten Teig. Zum Schluß wird das Mineralwasser von Hand mit einem Teigspatel vorsichtig untergehoben, bis es sich mit dem Teig verbunden hat (nicht zu stark und auf keinen Fall mit dem Handmixer rühren, sonst entweicht die Kohlensäure: und diese soll unsere Waffeln ja schön luftig machen!). Nun wird das Waffeleisen aufgeheizt und eingefettet: wenn das Eisen heiß ist, gibt man eine Portion Waffelteig in das Eisen und backt die Waffel schön goldbraun aus.

Unsere Kinder mögen ihre Waffeln ja am liebsten nur mit Puderzucker bestreut, aber auch Zimt und Zucker (und davon viel!) ist hier sehr beliebt!

In der Adventszeit waren wir mit der ganzen Familie und meiner Freundin auf einem kleinen Weihnachtsmarkt, auf welchem Waffeln mit heißen Kirschen und Sahne feilgeboten wurden: natürlich wollten unsere Kinder das unbedingt essen (es klingt ja auch zu verführerisch!), aber leider war der Stand noch nicht auf das Waffelbacken eingestellt und nachdem wir eine halbe Stunde erfolglos gewartet hatten, ob die Waffelbäckerei denn nun endlich eröffnet würde, gingen wir frierend heim. Und weil die Kinder sich nun schon sooo auf diesen Festschmaus gefreut hatten, machten wir das eben spontan zuhause: was für eine Freude! Und was für ein Genuß! Und dazu viel billiger UND in Bioqualität UND vegan! Darauf hätten wir ja auch früher kommen können! Man braucht nämlich nur ein Glas Süßkirschen, welches in einem Topf langsam erhitzt wird, bis es kocht. Dann gibt man (je nach Menge) 1 bis 2 EL Speisestärke (ich habe immer Maisstärke zuhause) in etwas kaltes Wasser, rührt es gut um und gibt es dann zu den Kirschen. Alles kurz aufkochen, bis die Kirschen deutlich andickt und schon kann man die Waffeln mit heißen Kirschen servieren. Dazu noch ein großer Klecks vegane Sprühsahne (ja, so etwas gibt es!) mit Zimt - ein Gedicht!