



Oppskrift

Grove vafler med kyllingpålegg



Vafler er raskt å lage og dette er en god grunnoppskrift med litt grovere mel. Toppes med ditt favorittpålegg, om det er ost og kyllingpålegg eller røkelaks! Oppskriften gir ca 6-8 plater.

1

Slik gjør du

Visp sammen egg, flytende honning, melk og olje/smør.

Bland sammen sammalt mel, mel, bakepulver, kardemomme og salt.

2

Visp det tørre inn i eggeblandingen og visp til røren er glatt og klumpfri.

La røren swelle en halvtimes tid før du steker vaflene gylne og fine.

3

Topp med ditt favorittpålegg og server.

Tips! Havremel eller havregryn er også fint å bruke i røra. H-melk kan erstattes med magrere alternativer.

Produkter i denne oppskriften

Kyllingfilet Naturell 110g

Egg 12 MLXL Solegg Frittg 58-75g Enh

Ingredienser

Du trenger

PRIOR egg 3 stk

Honning	1-2 ss
---------	--------

Helmelk 4,5 dl

Sammalt hvete	(grovt) 2 dl
---------------	--------------

Hvetemel 2 dl

Nøytral olje	0,75 dl
--------------	---------

Kardemomme 0,5 ts

Bakepulver	1 ts
------------	------

Salt En god klype

Forslag til topping

PRIOR skivet kyllingfilet

Ost	
-----	--

Spirer

Røkelaks	
----------	--

Kremost naturell

Allergener

Egg

- Melkeprotein inkl laktose
- Gluten
- Fisk