

## Diabetiker - Waffeln

Kategorien: Waffeln, Diabetiker

Zutaten für: 1 Rezept

125	Gramm	Margarine
3/4	Teel.	Süsstoff, flüssig
2	Stücke	Mark der Vanilleschote
1	Prise	Salz
4	Stücke	Eier
250	Gramm	Mehl
1	Teel.	Backpulver
125	ml	Buttermilch

### Anleitung:

Die Margarine mit dem Süsstoff, Vanillemark, Salz und Eiern gut schaumig rühren. Das Mehl mit dem Backpulver sieben und löffelweise abwechselnd mit der Buttermilch unter den Teig rühren. Es muß ein dünnflüssiger Teig entstehen. Das Waffeleisen mit Öl einpinseln und erhitzen. Etwas Teig in das heiße Waffeleisen geben und jede Waffel backen bis sie goldbraun ist. Auf einem Kuchengitter abkühlen lassen. Pro Waffel 1 1/3 BE (bei 12 Waffeln)