

Herzhafte Waffeln mit Spiegelei und Bacon

Zeit gesamt
35min



Zubereitungszeit 35min





Zutaten

für 4 Portionen	
ÖI	80 ml
Buttermilch	500 ml
Eier	6 St.
Weizenmehl, Type 405	5 260 g
Backpulver	1 EL
Salz	
Eisbergsalat	0.25 St.
Strauchtomaten	2 St.
Bacon	8 Scheiben
Honig	1 EL
Pfeffer, schwarz gema	ahlen
Mayonnaise	4 EL

Zubereitung



Küchenutensilien

große Schüssel, Teller, kleine Pfanne, Schneebesen, Schöpfkelle, Zahnstocher, SILVERCREST Waffeleisen

- 1. In einer Schüssel 80 ml Öl, 500 ml Buttermilch und 2 Eier verrühren. 260 g Mehl, 1 EL Backpulver und 1 Prise Salz dazusieben und mit einem Schneebesen verrühren. Vom Salatkopf 4 Blätter einzeln abziehen und waschen. Tomaten waschen, Strunk entfernen und in dünne Scheiben schneiden.
- 2. Waffeleisen vorheizen und einölen. Jeweils eine Schöpfkelle Teig in der Form verteilen und Waffeln ca. 2–3 Min. goldbraun ausbacken.
- 3. Inzwischen eine Pfanne fettfrei auf mittlerer bis hoher Stufe erhitzen und Bacon darin ca. 4–6 Min. knusprig anbraten. Bacon auf einen Teller geben und mit 1 EL Honig beträufeln. Pfanne nicht säubern.
- 4. Pfanne auf mittlerer Stufe erhitzen. 4 Eier aufschlagen und in die Pfanne gleiten lassen. Eier ca. 4 Min. zu Spiegeleiern braten, mit Salz und Pfeffer würzen.
- 5. Fertige Waffeln mit Mayonnaise bestreichen. Nach Belieben mit Salat, Tomaten, Bacon und Spiegelei belegen. Mit einer Waffel abschließen. Waffel-Sandwich ggf. mit einem Zahnstocher feststecken und servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	756 kcal
Kohlenhydrate	63 g
Eiweiß	23 g
Ballaststoffe	3 g
Fette	46 g