BREW CHUNKS · STÜCKE · SCHMOREN · VEGETARISCH · FINGERFOOD

TOMATEN-MOZZARELLAWAFFELN MIT BREW CHUNKS.

BB-040

REZEPT VON
BREW BITES

21 g
PROTEIN JE PORTION

ZUTAT	10 PORT.	100 PORT.
BASIS		
☐ Brew Chunks	700 g	7 kg
☐ Kokosmehl	75 g	750 g
☐ Backpulver	24 g	240 g
☐ Flohsamenschalen	25 g	250 g
GEMÜSE		
☐ Kirschtomaten	300 g	3 kg

ZUTAT	10 PORT.	100 PORT.
MILCH UND EI		
☐ Magerquark	195 g	2,0 kg
☐ Frischkäse light	195 g	2,0 kg
☐ Mozzarella light	190 g	1,9 kg
☐ Eier	725 g	7,3 kg
WÜRZE		
☐ Salz und Schwarzer Pfeffer	18 g	180 g
☐ Basilikum	15 g	150 g

1 Für die Waffel, den Käsereiben und mit den restlichen Zutaten, außer Tomaten, Brew Chunks, Olivenöl und Basilikum verrühren und im Waffeleisen zu Waffeln ausbacken.

2 Die Brew Chunks in etwas Olivenöl kurz erhitzen mit Salz und Pfeffer würzen und die halbierten Kirschtomaten dazugeben.

3 Auf die Waffel geben und mit Basilikum dekorieren.

Brew Chunks mit den Tomaten anbraten und auf die fertige Waffel. In den Teig gemischt werden die Waffeln schwer.

Steve