

Köttfärsvåfflor

KÖTTFÄRSVÅFFLOR

Ger 6 våfflor

TILLAGNINGSTID:

20 minuter

500 g nötfärs

7 st ägg

1 tsk havssalt

TIPS PÅ SMAKSÄTTNING

tacokrydda

HUSGERÅD

Måttsats

Matberedare

Våffeljärn

Allergiinformation: Receptet innehåller ägg.

Inlägget innehåller reklam genom annonslänkar för Gröna gårdar, Hemköp och Bagaren & Kocken.

Köttfärsvåfflor

Köttfärsvåfflor

Enkelt, gott och med endast två ingredienser. Dessa Köttfärsvåfflor är så enkel att göra. Man äta dem till frukost, mellanmål eller lunch, har som tillbehör eller ta med på picknicken.

Smaksätt endast med salt och ha en basvariant eller välj något mer spännande, varför inte [tacokrydda](#) – blir supergott. Variationen på denna Köttfärsvåffla kan bli många.

Variera dina Köttfärsvåfflor

Det går såklart även att använda sig av andra typer av färs. så som: fläsk, lamm, kyckling eller vilt.

Toppa dina våfflor med en smarrig röra, t.ex. [Guacamole](#) är hur gott som helst på dessa. Eller med fina grönsaker som salladsblad, skivad avokado och tomat!

Blir en god, mättande och enkel rätt. Variera och testa dig fram för att hitta just din favorit.



Så här gör du

- Starta ditt våffeljärn
- Blanda ihop färsen och äggen samt salt i en matberedare med knivar
- Mixa till en smet
- Pensla ditt våffeljärn med ghee
- Ta ungefär 1 dl köttfärssmet till varje våffla (kan variera beroende på vilket våffeljärn som används)
- Grädda i 4-5 minuter (kan variera beroende på vilket våffeljärn som används)

Våfflorna smakar gott både varma och kalla och de håller flera dagar i kylen. Går även fint att frysa ner, med fördel så värmer man dem då när de ska ätas.

Tid att njuta!

PS: vissa av ingredienserna är länkade till webbutiken [Gröna Gårdar](#), [Hemköp](#) och husgeråden är länkade till webbutiken [Bagaren & Kocken](#)

Köttfärsvåfflor



Paleo för ett hälsosammare liv!

Jenny & Magnus Andersson

Licensierade kostrådgivare inom Paleo och lågkolhydratkost, kokboks författare samt hälso- och matinspiratörer.

Ren och naturlig mat ligger oss varmt om hjärtat. Vi har funnit vår väg till hälsa genom Paleo och brinner nu för att hjälpa andra med kost och hälsa genom ett ursprungsperspektiv.
