

Morotsvåfflor

MOROTSVÅFFLOR

För 2 personer

TILLAGNINGSTID:

25 minuter

3 st ägg

1,5 dl kokosmjök

2 msk smält kokosolja alt. ghee

0,5 dl kokosmjöl

1 msk psyllium

1 tsk mald kardemumma

1 tsk mald ingefära

1 tsk mald kanel

1,5 krm havssalt

1 dl finriven morot

HUSGERÅD

Bunke

Måttsats

Elvisp

Kastrull

Rivjärn

Våffeljärn

Allergiinformation: Receptet innehåller ägg och psyllium.

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

Morotsvåfflor

Morotsvåfflor

Älskar du våfflor och den härliga smaken av morotskaka? Då är dessa goda Morotsvåfflor något för dig!

Våfflor gör och äter vi gärna här hemma Under vårt tak och då inte enbart på våffeldagen den 25 mars.

Att njuta av nygräddade våfflor till brunch en skön söndag är fantastiskt men också till frukost en helt vanlig dag mitt i veckan eller när man vill ha något extra gott till kaffet.

Våfflor är dessutom perfekta att ta med sig ut på sin utflykt eller picknick.

Recept på våfflor

Här i Paleoskafferiet hittar du många varianter på våfflor som passar utmärkt för olika tillfällen, humör och smaker.

Vi kan tipsa om följande:

- [Paleovåfflor](#)
- [Frittatavåfflor](#)
- [Kardemummavåfflor](#)

Alla våfflor som du hittar här i Paleoskafferiet är givetvis helt naturligt fria från gluten, mejerier och vitt socker. Precis som alla recept i vår kokbok [Ren & Naturlig Mat](#) som du kan köpa i vår [webshop](#)!

Testa dessa goda Morotsvåfflor nästa gång du vill njuta av en god våffla!

Så här gör du

- Vispa ägg och kokosmjölk luftigt
- Smält kokosoljan och håll ner i äggsmeten
- Blanda de torra ingredienserna och vispa ner även dessa i äggsmeten
- Riv morot fint på ett rivjärn
- Rör ner den rivna moroten i smeten
- Låt smeten stå och "svälla" i 5 minuter
- Pensla det varma våffeljärnet med smält kokosolja och grädda våfflorna gyllenbruna
- Smeten är något tjockare än vanlig våffelsmet så du får hjälpa till och breda ut den lite i våffeljärnet

Dessa härliga Morotsvåfflor smakar lika gott till frukost som att ta med på utflykten!

Våffeljärn

Det finns ett uppsjö av olika varianter våffeljärn att välja på ute i butikerna och det kan ibland vara lite svårt att välja vilket man ska köpa.

Vi har två varianter av våffeljärn som vi använder. Ett klassiskt med mönster av hjärtan och ett [Belgiskt våffeljärn](#) som ger lite tjockare våfflor.

Morotsvåfflor



**Köp ett bra
belgiskt våffeljärn**

KLICKA HÄR

Bild: Bagaren och kocken

Goda tillbehör

En del våfflor, särskilt de lite mer matigare våfflorna, äter man med fördel precis som de är utan några tillbehör.

Vill man toppa med något gott så är lite vispad kokosgrädde med färska bär både enkelt och gott. Vi kan också rekommendera:

- [Supersnabb bärsylt](#)
- [Stekt banan med hackad mandel](#)

Tid att njuta!

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



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.