

Vegane Kartoffelpuffer-Waffeln

Zubereitungszeit Kartoffelpuffer: 20-30 Minuten Zubereitungszeit Kompott: 15-20 Minuten Portionen: 6 Waffeln

Zutaten

Für die Waffeln:

675 g Kartoffeln, vorwiegend festkochend
225 g Karotten
2 EL Maisstärke
1 EL helles Mehl
2 EL Haferflocken
1 TL Salz
Öl zum Braten

Für das Apfelkompott:

4 mittelgroße Äpfel
150 ml Wasser
2 Datteln
Zitronenschale
Nelke, Zimtstange und/oder Vanilleschote (optional)

Für das Topping:

Sojajoghurt
1 Handvoll frische Heidelbeeren

Zubereitung

Für das Kompott die Äpfel schälen und klein würfeln. In einem Topf mit Wasser, Datteln und Zitronenschale (+ Gewürzen nach Belieben) aufkochen und rund 20 Minuten auf niedriger Flamme einkochen lassen. Datteln, Zitronenschale (+ Gewürze) entfernen. Das Kompott - falls gewünscht - pürieren, ansonsten stückig servieren.

Für die Waffeln Kartoffeln und Karotten schälen und reiben. Das Ergebnis in ein sauberes Geschirrtuch packen und über einer Schüssel so lange auspressen, bis die enthaltene Flüssigkeit herauskommt. Anschließend die Masse in eine frische Schüssel geben, Maisstärke, Mehl und Haferflocken zufügen und mit Salz würzen. Die Masse ca. 10 Minuten ruhen lassen.

Parallel dazu das Waffeleisen erhitzen und mit etwas Öl bepinseln. Die Waffelformen mit der Kartoffelmasse befüllen und wieder schließen. Die Kartoffelpuffer-Waffeln 5-10 Minuten goldgelb backen. Darauf achten, dass die Kartoffelpuffer auch innen gar werden. Herausnehmen, mit Apfelkompott, etwas Sojajoghurt und frischen Heidelbeeren toppen und noch warm genießen!

Abwandlungen

Anstatt Karotte eignet sich auch anderes Gemüse wie Süßkartoffel oder Zucchini für die Kartoffelpuffer-Waffeln. Die Variante „Kartoffel pur“ schmeckt auch sehr gut.

Die Waffeln können auch genauso gut herzhaft serviert werden. Ein Klecks ungesüßter Sojajoghurt, Cherrytomaten, Avocado und geröstete Pinienkerne passen beispielsweise hervorragend.

Auch geriebener, veganer Käse funktioniert prima im „Teig“ oder als herzhaftes Topping.

Für besonders deftige Kartoffelpuffer eine Zwiebel reiben, unter die Masse heben und mit Paprikapulver, Muskat, Salz und Pfeffer würzen. Dazu passt beispielsweise eine Pilzpfanne oder veganes Gulasch.

Die Kartoffelpuffer gelingen natürlich auch in der Pfanne. Dafür einfach Puffer formen und in einer Pfanne mit Öl von beiden Seiten knusprig braten. Herausnehmen und abtropfen lassen.

Je nach Saison passen auch andere Kompott-Varianten, wie z. B. Zwetschge, Aprikose oder Birne

Tipps

Für dieses Rezept wurde ein Doppel-Waffeleisen für belgische Waffeln verwendet. Es funktioniert aber jedes beliebige Waffeleisen.

Wer mag, kann Bio-Kartoffeln und -Karotten auch mit Schale verarbeiten.

Das Waffeleisen vor Gebrauch gut erhitzen.

Die frischen Kartoffelpuffer-Waffeln im Ofen warmhalten, bis alle fertig gebacken sind