



# Herzhaftes Waffel-BLT-Sandwich

Zeit gesamt  
30min

Zubereitungszeit  
30min

Schwierigkeit  
Einfach



## Zutaten

für 4 Portionen

Öl	80 ml
Buttermilch	500 ml
Eier	2 St.
Weizenmehl, Type 550	260 g
Backpulver	1 EL
Salz	
Bacon	250 g
Eisbergsalat	0.5 St.
Strauchtomaten	2 St.
Mayonnaise	4 EL

## Zubereitung



Küchenutensilien

mittlere Schüssel, mittlere Pfanne, Schöpfkelle, Waffeleisen

1. In einer Schüssel Öl, Buttermilch und Eier verrühren. Mehl, Backpulver und 1 Prise Salz dazusieben und unterheben.
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. Salatkopf halbieren, Strunk entfernen, Blätter einzeln abziehen und waschen. Tomaten waschen, Strunk entfernen und in dünne Scheiben schneiden.
4. Fertige Waffeln mit Mayonnaise bestreichen. Mit Salat, Bacon und Tomaten belegen und mit einer Waffel abschließen. Waffel-BLT-Sandwich ggf. mit einem Zahnstocher feststecken und servieren.

Guten Appetit!

## Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	882 kcal
Kohlenhydrate	58 g
Eiweiß	23 g
Ballaststoffe	4 g
Fette	62 g