

Grønkålsvafler med falafler

Opskrift til 6 vafler

Forberedelsestid

30 minutter

Samlet tid

30 minutter

Ingredienser

Grønkålsvafler

- 120 g frisk grønkål (skyllet og fjernet fra stænglen)
- 200 g speltmel
- 1/2-1 tsk. salt
- 1 tsk. bagepulver
- 2 dl havredrik eller mælk
- 4 æg
- 2 spsk. olivenolie

Rødbedehummus

- 1 dåse kikærter
- 1 spsk. citronsaft
- 1 tsk. stødt spidskommen
- 1 nip chili eller cayennepeber
- 1 fed hvidløg
- ½ dl vand
- 1 spsk. tahin
- 150 g rødbede
- 3 spsk. olivenolie
- smag til med salt og peber

Avocadosalsa

- 2 avocadoer
- 1/2 agurk
- 1 striml forårsløg
- 1 lille fed hvidløg
- 2 cm af en frisk chili
- 2 spsk. limesaft
- 3 spsk. olivenolie
- 1 spsk. agavesirup
- smages til med salt og peber

Andet

- 1 pakke falafler

Sådan gør du

1. Start med at lave både vaffeldejen og din rødbedehummus. Tænd også ovnen på 200 grader varmluft og sæt dit vaffeljern til
2. Til vaffeldejen kommer jeg blot det hele i blenderen og kør rundt.
3. Til hummus dræner jeg kikærterne fra dåsen og kommer dem i en food processor sammen med resterende. Rødbeden er rengjort og enderne er taget af. Jeg skræller den ikke, men skærer den i lidt mindre stykker, så din maskine kan tage det. Blend og hæld i en skål. Top evt. med lidt ekstra olie, et drys cayennepeber og et par kikærter.
4. Lav så din avocadosalsa: skær avocado, agurk og forårsløg i mindre stykker og kom det i en skål. Hak hvidløg og chili fint og kom ved. Kom limesaft, olie, agavesirup, salt og peber ved og vend det rundt
5. Steg vaflerne i jernet og varm dine falafler i ovnen i 10 minutters tid. Server det hele sammen