

Linsenwaffeln mit Aufstrich und Rohkost

Vegan, glutenfrei, laktosefrei

1 Portion



Hier im Bild:

3 Linsenwaffeln (z.B. Edeka Bio)

Aufstriche: Belugalinse-Balsamico Allos und schnelle Guacamole (Avocado, Salz, Pfeffer, Zitronensaft)

Rohkost (z.B. Salatgurke, Sellerie, Blaubeeren)

Kresse

Eine halbe Avocado mit einer Gabel zerdrücken, salzen und pfeffern und etwas Zitronensaft darüber geben. 2 Waffeln damit bestreichen und 1 Waffel mit vegetarischem Aufstrich. Mit Rohkost und Kresse belegen.

Dieses Rezept kann nach Belieben abgewandelt werden

