Proteïne wafels
met eiwitrijke topping

Ingrediënten

400 g (gram) Cottage cheese
3 Stuk(s) Ei
100 g (gram) Havermoutmeel
1 tl (theelepels) Dr. Oetker Backin bakpoeder
2 tl (theelepels) Vanille extract
2 el (eetlepels) Honing
1 el (eetlepels) Water
Rood fruit (bijv. aardbeien, rode bessen, framboos)

Keukenspullen

Wafelijzer
Boter of bakspray om mee in te vetten
Mixer met gardes

1. Wafels bereiden

Klop de **cottage cheese (200 g)** en de **eieren (3 stuks)** goed los.

Voeg het **havermeel (100 g)**, het **bakpoeder (1 tl)** en de **vanille extract (1 tl)** toe en mix tot alles goed gemengd is.

Verwarm het wafelijzer en vet de randjes goed in met bakspray, olie of boter. Leg met behulp van een ijsschep of twee lepels het 'deeg' in het wafelijzer en bak de wafels in 2 tot 5 minuten (afhankelijk van de temperatuur van het wafelijzer).

> **Geen havermeel?**
> Maak zelf havermeel. Doe 100 gram havermout in de keukenmachine en laat deze draaien totdat de havermout fijngemalen is.

2. Voor een eiwitrijke topping

Klop de **cottage cheese (200 g)** met de **honing (2 el)**, **vanille-extract (1 tl)** en **water (1 el)** goed los tot alles gemengd is en er een gladde crème ontstaat.

3. Serveren

Serveer de wafels met de topping en **vers fruit**. Geniet!