

Rezept

Kräuterwaffel-Sandwich mit Fischstäbchen und Joghurt-Paprikasoße

Anzahl Personen: 4

Zubereitungszeit: ca. 45 Minuten



Zutaten

4 Halme Schnittlauch
je 3 Stiele Petersilie und Kerbel
4 Eier (Größe M)
100 g Butter
250 g Mehl
2 TL Backpulver
Salz
Pfeffer
1 rote Paprikaschote
250 g griechischer Sahnejoghurt
Saft von 1 Zitrone
1 Bund Radieschen
1 Packung iglo 15 Fischstäbchen (450 g)
Öl für das Waffeleisen

Zubereitung

1. Kräuter waschen und trocken schütteln. Schnittlauch in Röllchen schneiden. Petersilien- und Kerbelblätter abzupfen, grob hacken.
2. Eier und Kräuter pürieren. Butter cremig rühren. Mehl und Backpulver mischen. Eier-Kräuter-Mischung abwechselnd mit der Mehlmischung unter die Buttercreme rühren. Zum Schluss 125 ml Wasser unterrühren. Teig mit Salz und Pfeffer würzen und ca. 20 Minuten quellen lassen.
3. Inzwischen Paprika putzen, waschen und würfeln. Joghurt und Zitronensaft glattrühren. Paprikawürfel unterrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Radieschen waschen und putzen. Das Grün dabei abzupfen und beiseitelegen. Radieschen in Scheiben hobeln. **15 iglo Fischstäbchen** nach Packungsanweisung zubereiten.
4. Ein rechteckiges Waffeleisen (ca. 13 x 21 cm) erhitzen und mit Öl ausstreichen. Aus dem Teig darin nacheinander 4 doppelte Waffeln goldgelb backen. Fischstäbchen aus dem Ofen nehmen. Waffeln, Radieschenscheiben, Radieschengrün und Fischstäbchen schichten. Paprikasoße dazu reichen.

Pro Portion ca. 3100 kJ, 740 kcal, E 30 g, F 38 g, KH 67 g