

INHALTSVERZEICHNIS

Vorwort	7	DIE GESUNDEN	60-73
Waffeleisentypen	8	Avocadowaffeln	62
DIE FRÜHAUFSTEHER	10-19	Buchweizenwaffeln	64
Waffeltorte mit Räucherlachs	12	Blumenkohl-Brokkoli-Waffeln	65
Brioche-Waffeln mit Rührei und kandiertem Speck	15	Pakoras	66
Pumpernickelwaffeln	16	Rote-Linsen-Waffeln	68
Frühstücks-Quesadillas mit Rührei	17	Pesto-Oliven-Waffeln	69
Waffel Florentine	18	Petersilienwaffeln	70
		Zucchiniwaffeln	73
DIE MOBILEN	20-33	DIE EDLEN	74-85
Rote-Bete-Meerrettich-Waffeln	22	Maronenwaffeln mit Kürbis	76
Roggen-Schmand-Waffeln	24	Pissaladière-Waffeln	79
Drei-Käse-Waffeln	25	Spinat-Gorgonzola-Waffeln	80
Dunkelbierwaffeln mit Emmentaler	27	Steinpilzwaffeln	81
Falafel-Waffeln	28	Roquefort-Waffeln mit Walnusskrokant	83
Ziegenfrischkäsewaffeln	30	Zwiebel-Speck-Waffeln mit Apfelspalten	84
Ajvar-Waffeln mit Feta	31		
Kürbiswaffeln mit Serrano-Schinken	33	DIE CLEVEREN	86-95
DIE SATTMACHER	34-47	Bauernfrühstück	88
Calzone-Waffeln	36	Flönzwaffeln	89
Käse-Schinken-Waffeln	38	Kartoffel-Sellerie-Plätzchen	91
Tortilla-Waffeln	39	Risottoplätzchen	92
Kartoffelrösti	41	Brotwaffeln	93
Kartoffel-Dill-Waffeln	42	Mac 'n' Cheese	94
Steckrübenwaffeln mit Kabanossi	45		
Panisse	46	DIE KRACHER	96-105
DIE HIPPEN	48-59	Orientalische Kichererbsencracker	98
Erdnussbutter-Burger mit Portweinzwiebeln	50	Nacho-Cracker	100
Club-Sandwich-Waffeln	53	Käse-Bier-Cracker	101
Hot-Dog-Waffeln	55	Sepia-Sesam-Cracker	102
Lachsburger auf Sepiawaffel	56	Za'atar-Knabberwaffeln	105
Chili-Cheese-Fries	59		
		DIE BEGLEITER	106-109
		Joghurtsauce	108
		Kräuterquark	108
		Paprika-Feta-Creme	108
		Radieschentzatziki	109
		Räucherfisch-Pâté	109
		Käsecreme	109