

# Erdbeer-Waffel-Törtchen

## Süße Erdbeer-Waffel-Törtchen

Für diese süßen Erdbeer-Waffel-Törtchen habe ich einfach das Rezept von den Käsekuchenwaffeln verwendet. Diese werden einfach mit einer Masse aus Joghurt und Frischkäse, sowie frischen Erdbeeren geschichtet. So habt ihr in ganz kurzer Zeit hübsche kleine Erdbeertörtchen ohne viel Aufwand. Den Zuckerersatz könnt ihr natürlich gegen normalen Zucker austauschen. Ich wollte einfach nur ein paar Kalorien einsparen. Für eine extra Portion Eiweiß könnt ihr z.B. auch etwas Eiweißpulver mit in den Waffelteig, oder unter den Joghurt rühren.

Zum Ausbacken des Waffelteiges habe ich mein Mini-Waffeleisen benutzt. Ich liebe dieses kleine Ding, das sieht schon so putzig aus und die Waffeln werden einfach super. Ich mag auch die Größe der fertigen Waffeln. Die sind schön klein und handlich, aber auch nicht zu mini. Das Waffeleisen habe ich irgendwann mal bei Aliexpress bestellt und bisher hat es mich nie enttäuscht. Auch bei Amazon sind die Mini-Waffeleisen erhältlich. Ansonsten könnt ihr den Teig aber natürlich auch in einem ganz normalen Waffeleisen, oder in Waffelformen aus Silikon (im Backofen) ausbacken.



Mondamin Waffeln Teig



OXO Good Grips Teigportionierer



Backmischung Bubble Waffel



Princess Bubble-Waffleisen

# **Erdbeer-Waffel-Törtchen mit Frischkäse-Joghurt-Creme und frischen Erdbeeren**

Für die Füllung die Erdbeeren waschen und trockentupfen. Von den Erdbeeren 3 mit Grün zur Seite packen, die restlichen Erdbeeren in dünne Scheiben schneiden. Den Frischkäse mit dem Joghurt, Vanilleextrakt, einer Prise Salz und Süße nach Wahl verrühren. Alle Zutaten für den Waffelteig in eine Schüssel geben und gut miteinander verrühren. Anschließend in einem heißen Mini-Waffeleisen portionsweise zu 12 Waffeln ausbacken.

Nun werden jeweils 3 Waffeln mit etwas Joghurt-Creme bestrichen und mit jeweils einer in Scheiben geschnittenen Erdbeere belegt. Die 3 Waffeln aufeinandersetzen, eine 4. Waffel obendrauf legen und diese mit einem Klecks Joghurt und einer halbierten Erdbeere garnieren. Das Gleiche macht ihr mit den restlichen Waffeln. Nach Belieben noch mit Puderzucker bestäuben und genießen

Das Puder Erythrit könnt ihr natürlich auch gegen andere Süßungsmittel austauschen. Wer seinen Waffeln ein super süßes Topping verpasst, kann die Süße im Teig auch ganz weglassen. Auch Zuckeralternativen wie Xylit, Agavendicksaft oder Honig kann man gut verwenden. Den Frischkäse light könnt ihr ohne Probleme durch die Vollfett-Variante ersetzen, schmeckt nochmal ein wenig besser, hat natürlich aber auch mehr Kalorien. Ebenso lässt sich der Frischkäse im Waffelteig auch durch Magerquark oder Joghurt ersetzen, schmeckt beides ebenfalls sehr gut. Weil ich gerade keine frische Zitrone zur Hand hatte, habe ich Zitronenaroma verwendet. Hier könnt ihr aber genauso gut frischen Zitronenschalenabrieb und frischgepressten Zitronensaft verwenden.

---

## Weitere Rezept-Ideen für Gebäck & Teilchen zum Ausprobieren & Nachmachen



### Streuselkugeln



### Pizzaschnecken



## Zwiebel-Frischkäse-Taler



## Pide mit Hackfleisch



## Spinat-Feta-Fladen



## Birnen-Walnuss-Crumble





**Dampfnudeln mit Vanillesauce**



**Marzipan-Mandel-Hörnchen**

---

## **KALORIENARME REZEPTE**

**110 Rezepte unter 500 Kalorien für ein kalorienarmes Frühstück**



mehr Infos zum Buch

---

**HIER FINDEST DU TOLLE WAFFELEISEN & ZUBEHÖR**





cloer 1621 Waffelautomat für klassische Herz-Waffeln



cuepar Mini-Waffeleisen



Design Waffeleisen für frische belgische Waffeln



Krups FDD95D Professionelles Waffeleisen

---

**HIER FINDEST DU LECKERE IDEEN FÜR KUCHEN**



**Schoko-Haselnuss-Cake Bowl**



**Bienenstich Cake Bowl**



**Protein Cheesecake aus dem Backofen**



**Protein Zebra Cheesecake Bowl**



**Ameisenkuchen**



## **Bananenbrot mit Chocolate Chips**



## **Kokos-Limetten-Kuchen**



## **Baked Oats mit Keksen**

---