

# Waffles integrales

Tiempo de preparación: 90 Min



## Ingredientes

**Harina integral:** 260 Gramos

**Azúcar rubia:** 2 Cucharada

**Leche:** 420 Gramos

**Canela:** 1 Cucharadita

**Sal fina:** A gusto

**Bananas:** 1 Unidad

**Huevo:** 2 Unidades

**Manteca noisette:** 85 Gramos

**Escencia de vainilla:** 1 Cucharadita

**Polvo de hornear:** 1 Cucharadita

**Miel:** Cantidad necesaria

**Nueces:** 50 Gramos

## Preparación de la Receta

- Mezclar en un bowl huevos, azúcar rubio, *manteca* noisette, esencia de vainilla, canela, la mitad de la leche, *harina* integral, sal, polvo de hornear y unir hasta integrar.
- Añadir el resto de la leche y mezclar hasta eliminar los grumos y tener una mezcla lisa.
- Llevar a reposar por 60 minutos.
- Cocinar en waflera caliente pincelada con *manteca* hasta cocinar y *dorar* suavemente.
- Servir con miel por encima, rodajas de *banana* y un poco de nueces rotas a mano.

Consulta la receta original en  
<https://elgourmet.com/recetas/waffles-integrales>