Grove vafler. (Sunn frokost i en pretty package).

Det er søndag, det er tidlig og jeg har allerede vært oppe en time. Jeg forsøker å ta inn over meg det alle sier, at denne tiden med små barn går så fort og at jeg må nyte det, men lett er det ikke. Ikke tidlig om morgenen, hvertfall! I går fikk jeg sove lenger og da lagde jeg vafler til frokost. Grove vafler uten sukker, det er nesten som å servere grovbrød, det. Hvis man legger godviljen til. Og det synes jeg flere enn Bollefra burde gjøre.



For å gjøre suksess en tidlig morgen, trenger du:

- 1,5 dl hvetemel
- 1,5 dl fin sammalt hvete
- 1dl havregryn
- 0,5 ts salt
- 0,5 ts bakepulver
- 4 dl lettmelk
- 2 egg
- 2ss smeltet smør, evt mer til steking
- 0,5 ts kardemomme (valgfritt)
- 0,5 ts kanel (valgfritt)



Jeg innrømmer gjerne at jeg synes det kan være litt pes med barn på kjøkkenet, men akkurat vafler er ikke så verst.

Ha det tørre i en bakebolle og tilsett melk, egg og smeltet smør. Rør til en jevn røre og la svelle 20-30 minutter. Stek og vær glad.

