

Jens sine halvgrove speltvafler



Det er onsdag. Uken siger fremover mot påske som et skip lastet med store forventninger. Jeg gleder meg. Men jeg tror Jens gleder seg enda mer. Han er akkurat stor nok til å huske omtrent hva som kommer: påskeegg, god tid, lange frokoster, bål på stranden, spille på iPad (jepp, vi er ikke bedre foreldre enn som så) og dessuten tenker jeg absolutt å gi han og storebroren en kjapp oppfriskning av påskeevangeliet med korset og det hele. For å bøte litt på ventetiden lagde vi vafler til kvelds. Oppskriften har bare dl mål (ikke vekt) som gjør det enklere for små barn å hjelpe til. Absolutt en aktivitet å legge til listen over hyggelige ting å gjøre sammen i påsken.

Jens' beste ventevafler:

8 dl siktet speltmel

1 dl lettkokte havregryn

1 dl sammalt spelt, grov

2 $\frac{1}{2}$ ts bakepulver

1 ts malt kardemomme

1,5 dl sukker

3 $\frac{1}{2}$ dl melk

3 $\frac{1}{2}$ dl skummet kulturmilk

3 stk egg

1,5 dl smeltet smør, avkjølt (pluss ekstra for å smøre jernet)

Pisk alle ingrediensene sammen til en relativt tykk røre. La svelle i ca 30 minutter. Stek vafler som du pleier og KOS deg.



