

### Ingrediënten

2 eieren Wat vanille essence 100 gr. Harde boter 3 ml. Natrena (vloeibaar) Zout 175 ml. Water 40 gr. Proteïnepoeder 40 gr. Sojameel

**Tijd:** 20-30 min.

**Keuken:** Belgisch

**Smaak:** Zoet

**Eigen\_keuken:** Nee

**Vegetarisch:** Nee

## Koolhydraatarme wafels

Lekker met verse aardbeien en suikervrijw slafoom (met zoetstof gezoet)

### Hulpmiddelen

Wafelijzer

### Vorbereiding

Zet alle ingrediënten afgewogen klaar.

### Bereidingswijze

Smelt de boter op een vuurtje of in de magnetron. Deze mag niet bruin worden. Meng vervolgens alle ingrediënten door elkaar en roer tot een klontvrij beslag. Doe een schep van het beslag in het wafelijzer en bak de wafel(s) bruin.

### Serveertips

Zeer lekker met verse aardbeien en slagroom, gezoet met zoetstof. Dan past dit in een Atkins-dieet.