

# Süße Reiswaffeln

Vorbereitung: 5 Min.  
Portionen: 2  
Proteingehalt: 18 g



## Du benötigst:

- ✓ 4 Reiswaffeln
- ✓ 4 EL Erdnusscreme
- ✓ 1 reife Banane

- ✓ 4 EL Marmelade
- ✓ 1 Messer / 1 Esslöffel
- ✓ Eventuell Sesam als Deko

## Zubereitung in 4 einfachen Schritten

1. Die 4 Reiswaffeln mit je 1 EL Erdnusscreme bestreichen
2. Banane mit dem Messer in Scheiben schneiden + auf die Erdnusscreme legen
3. Je 1 EL Marmelade auf die Bananen geben
4. Eventuell noch mit Sesam bestreuen / dekorieren und servieren

## Vplatten-Tipp

- Anstatt Erdnusscreme kannst du auch Honig oder Haselnusscreme verwenden
- Dekorieren kannst du auch mit Körner, Cornflakes oder Müsli
- Anstatt Reiswaffeln kannst du auch Maiswaffeln oder Knäckebrot verwenden
- Auch als Snack für Zwischendurch optimal

Du hast Fragen zum Rezept? Kontaktiere uns! [info@vplatte.de](mailto:info@vplatte.de) - Tel.: 0800 70 70 070

