



---

## Speltvafler med honning

### Ingredienser

50 g smør  
75 g honning  
1 stort egg  
5 dl melk  
1 ts kanel  
1 ts vaniljesukker  
250 g speltmel



### Fremgangsmåte

Smelt smør og honning sammen. Avkjøl. Ha i en bolle og pisk inn egget med en stålvisp. Pisk deretter inn melken og de tørre ingrediensene. La deigen stå og svulle i 20 min.

Stek gyldne vafler i vaffeljern på middels varme. Bruk litt ekstra smør til steking. Avkjøl på rist.

Serveres nystekte!

### Tips

Vaflene smaker nydelig sammen med litt vaniljekesam og dryss av sukker.

Se også oppskrift på "Speltvafler".

© 2004 - 2025: Det søte liv. [Med alle rettigheter.](http://dev.detsoteliv.no/opskrift/speltvafler-med-honning)

---

**Source URL:** <http://dev.detsoteliv.no/opskrift/speltvafler-med-honning>