

## Ingredientes:

12 pzas.  
2 tazas harina.  
1 cda. Sal.  
3 sobres splenda.

1 ½ cdtas. Polvo de hornear.  
1 1/2 tazas leche Light. (usar a discreción.)  
4 cdas. Mantequilla derretida.  
3 claras batidas a punto de turrón.  
1/3 taza nuez picada.

## Preparación

- mezcle polvos en un bowl amplio y añada la leche, integre bien, hasta que desaparezcan los grumos.
- añada mantequilla.
- integre las claras batidas a punto de turrón en forma envolvente.
- añada la nuez también y haga los waffles.
- adorne con mermeladas sin azúcar, o fruta o jarabe de chocolate sin azúcar.