

Frühstü & Brunch



Inhalt

[Marmelade, Käse & Co. – Basics, die jeder gern isst](#)

[Step by Step – Köstlichkeiten fürs Büfett](#)

Klassiker

[Powermüsli mit gemischten Beeren](#)

[Bunter Obstsalat mit Joghurt-Körner-Topping](#)

[Griechischer Joghurt mit Feigen und Datteln](#)

[Pflaumenkonfitüre mit Karamell](#)

[Orangenmarmelade mit Aprikosen](#)

[Birnenkonfitüre mit Cranberries](#)

[Buttermilch-Pancakes mit Quark-Sahne-Creme](#)

[Buchweizen-Blinis mit Lachs und saurer Sahne](#)

[Rührei mit Garnelen und Cocktailtomaten](#)

[Überbackene Eier mit Kräutern und Parmesan](#)

[Maisküchlein mit Frühstücksspeck](#)

[Schinken-Käse-Sandwich in Ei gebraten](#)

[Avocado-Bagel mit Chili und Portulak](#)

[Würstchen im Schlafrock](#)

Snacks & Salate

[Griechischer Kräuterkäse mit Oliven und Oregano](#)

[Mini-Sandwich mit Putenbrust](#)

[Blätterteigherzen mit pikanter Füllung](#)

Crêperöllchen mit Räucherlachs

Knusprige Thunfischsticks mit Limettendip

Gefüllte Teigtaschen mit Gurkendip

Blätterteigröllchen mit Steinpilzfüllung

Blätterteigpizza mit Spinat

Fenchelpizza mit Zucchini und Estragon

Speckschnitzel mit gefüllten Tomaten

Hackfleischbällchen mit Chili-Tomaten-Dip

Couscoussalat mit Gemüse und Petersilie

Nudelsalat mit Rührei und Bohnen

Heringssalat auf dreierlei Art

Suppen & warme Gerichte

Möhrensuppe mit Apfel und Ingwer

Scharfe Hühnersuppe mit verschiedenen Einlagen

Kartoffelschaumsuppe mit geräuchertem Lachs

Basilikum-Kartoffel-Suppe mit Mozzarellaspießen

Kartoffelkuchen mit Pilzen und Rosenkohl

Türkische Lasagne mit Schafskäse und Gemüse

Kartoffel-Apfel-Gratin mit Speckwürfeln

Pissaladière mit Sardellen und Chili

Panierter Catfish mit Gurken-Salsa

Gefüllte Kalbsröllchen mit marinierter Paprika

[Würzige Spieße mit Chili-Honig-Dip](#)

Süßes & Gebäck

[Erdbeer-Bananen-Püree mit Mascarponecreme](#)

[Exotischer Fruchtsalat mit Joghurt und Pinienkernen](#)

[Mokkacreme mit marinierter Mango](#)

[Zweierlei Cremes mit Maracuja und Kokos](#)

[Panna cotta mit Rumpflaumen](#)

[Süße Hörnchen mit Mohn-Apfel-Füllung](#)

[Zimtschnecken mit Haselnüssen](#)

[Blätterteigtarte mit Kirschen und Marzipan](#)

[New York Cheesecake mit Basilikum-Erdbeeren](#)

[Mini-Gewürzkuchen mit Cranberries und Nüssen](#)

[Vanillemuffins mit Banane und Sahne](#)

Rezeptregister

Impressum

Bildnachweis

Marmelade, Käse & Co.

Basics, die jeder gern isst

Noch ´n Toast, noch ´n Ei, noch ´n Kaffee oder zwei... Sie starten gern mit einem reichhaltigen Frühstück in den Tag? Oder lieben es, mit Familie und Freunden sonntags stundenlang zu brunchen? Dann sollten diese Zutaten auf Ihrem Tisch nicht fehlen.



1 KÄSE gibt es in unzähligen Varianten: als Frisch-, Weich- oder Hartkäse, als Käse aus Kuh-, Ziegen- oder Schafsmilch, mit Weiß-, Rot- oder Blauschimmelkulturen versetzt. Idealerweise stellen Sie für Ihre Gäste eine Auswahl aus den verschiedenen Sorten zusammen – von mild bis würzig, von weich bis fest.

2 RÄUCHERLACHS zählt zu den Frühstücksklassikern schlechthin. Meist kann man den Lachs bereits servierfertig in Scheiben geschnitten kaufen.

3 KONFITÜRE und **MARMELADE** gibt es in riesiger Auswahl. Das Angebot reicht von klassischen Konfitüren über Gelees bis hin zu Aufstrichen mit extra hohem Fruchtanteil. Am besten schmeckt jedoch noch immer selbst gemachte Marmelade!

4 SALAMI ist eine aus Italien stammende Dauerwurst aus Schweine- und Rindfleisch. Bei der Herstellung wird sie mithilfe bestimmter Mikroorganismen fermentiert und anschließend meist luftgetrocknet.

5 BUTTER ist ein Universalaufstrich: Das Streichfett aus Rahm ist die ideale Unterlage für viele Beläge. Mit Kräutern und Knoblauch bzw. Tomatenmark und Olivenöl verfeinert, wird es aber auch schnell zum Solokünstler.

6 SCHINKEN gehört zu den beliebtesten Brotbelägen. Es gibt ihn gepökelt, geräuchert, luftgetrocknet oder gekocht – da ist für jeden etwas dabei!

7 EIER ergänzen jedes Frühstück aufs Beste: ob weich oder hart gekocht, als Rührei oder Omelett, Eier im Glas usw. Achten Sie darauf, dass Sie so frische Eier wie möglich verwenden.

BROT, BRÖTCHEN & CO. sind das A und O eines gut sortierten Büfetts. Bieten Sie Ihren Gästen eine Auswahl an verschiedenen Brotsorten wie Weiß-, Schwarz- und Vollkornbrot, Brötchen sowie Toastbrot an. Und am besten legen Sie sich auch einen Vorrat an Brötchen zum Selbstaufbacken zu!

CROISSANTS gehören zum »kleinen Frühstück« genauso dazu wie zum reichhaltigen Brunchbüfett. Sie schmecken pur oder mit süßem Aufstrich, aber auch mit Schinken und Käse belegt.

HONIG, den süßen Bienennektar, gibt es in flüssiger oder streichfester Form. Über 100 Sorten sind im Handel – von fast farblos bis dunkelbraun, von mildsüß bis hin zu kräftig würzig.

JOGHURT und **QUARK** schmecken pur gelöffelt oder werden, mit Müsli und/oder Obst kombiniert, zu einem sättigenden Frühstück.

MÜSLI, CORNFLAKES & CO. sind genau das Richtige für gesundheitsbewusste Genießer. Idealerweise sollten sich Ihre Gäste das Müsli selbst aus den einzelnen (Bio-)Zutaten zusammenstellen können.

OBST sorgt für Erfrischung und die nötige Portion Vitamine. Wählen Sie saisonale und regionale (Bio-)Ware – so ist voller Genuss garantiert.

SCHOKOLADENAUFSTRICH lieben nicht nur kleine Süßmäuler. Neben der klassischen Nussnougatcreme sind inzwischen auch Aufstriche aus weißer Schokolade, mit Aromen versetzte Cremes sowie Bioprodukte auf dem Markt.

Step by Step

Köstlichkeiten fürs Büfett

Natürlich selbst gemacht: Knusprige Bagels zu fruchtiger Marmelade, fluffiges Rührei oder Omelett oder ein warmer Gemüsekuchen für den ausgedehnten Brunch – damit punkten Sie garantiert bei Ihren Gästen.

Bagels backen



1 Aus 500 g Mehl, 2 TL Trockenhefe, 1 TL Salz, 1/2 TL Zucker und 340 ml warmem Wasser einen Hefeteig herstellen. Gehen lassen und dann daraus 8 Kugeln formen.

2 Die Teigkugeln etwa 5 Minuten ruhen lassen, dann zu etwa 25 cm langen Strängen rollen und die Enden fest miteinander verbinden.

3 Oder mit bemehltem Finger in die Kugeln ein Loch stechen und durch Kreisbewegungen erweitern.

4 Die Bagels in sprudelnd kochendem Wasser 30 Sekunden ziehen lassen, mit dem Schaumlöffel herausheben und abtropfen lassen.

5 Backofen auf 225°C vorheizen. Die Bagels auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen und nach Belieben z.B. mit Sesam- oder Mohnsamen bestreuen.

6 Die Bagels im Backofen auf der mittleren Schiene 20 bis 25 Minuten goldbraun backen.

Rührei zubereiten



1 Die Eier in eine Schüssel aufschlagen. Mit dem Schneebesen verquirlen und nach Belieben mit Salz und Pfeffer würzen.

2 In einer Pfanne etwas Butter oder Öl erhitzen und die verquirlten Eier in die Pfanne gießen.

3 Die Eiermasse leicht stocken lassen, dabei immer wieder mit einem Löffel oder einem Pfannenwender verrühren.

4 Das Rührei mit dem Löffel oder Pfannenwender vom Pfannenboden lösen, etwas »zusammenschieben« und aus der Pfanne nehmen.

Waffeln backen



1 Das Waffeleisen auf mittlerer Stufe vorheizen. Mit einem Pinsel mit 1 TL Öl einfetten.

2 Etwa 4 EL Teig in den Vertiefungen des Waffeleisens verteilen. Das Waffeleisen schließen und die Waffel 3 bis 5 Minuten goldbraun backen.

Gemüse Kuchen zubereiten



1 Vier Blätterteigplatten (300 g) auftauen lassen. Dann übereinanderlegen und auf bemehlter Arbeitsfläche mit dem Nudelholz rund ausrollen.

2 Eine Springform einfetten und mit dem Teig auslegen. Mit Backpapier und getrockneten Hülsenfrüchten belegen und im 200°C heißen Backofen 10 Minuten vorbacken.

3 Je 250 g Brokkoli und Möhrenstücke und 600 g Blumenkohl blanchieren. Mit 250 g Cocktailtomaten und 250 g Schinkenwürfeln auf dem vorgebackenen Teig verteilen.

4 300 g Crème fraîche und 3 Eier gut verrühren, mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen und über den Gemüse Kuchen gießen. Im Ofen 30 bis 35 Minuten backen.



Klassiker

Powermüsli

mit gemischten Beeren



Zutaten

160 g kernige Haferflocken
4 EL Cornflakes
4 EL Rosinen
4 EL getrocknete Erdbeeren (oder getrocknete Aprikosen)
800 ml Milch
4 EL flüssiger Honig
je 150 g Himbeeren und Heidelbeeren

Zubereitung

für 4 Personen

- 1 Die Haferflocken in einer beschichteten Pfanne ohne Fett hellbraun rösten.
- 2 Die Haferflocken mit den Cornflakes, den Rosinen und den getrockneten Erdbeeren auf Müslischalen verteilen.
- 3 Die Milch über das Müsli gießen und die Flocken kurz quellen lassen. Dann den Honig darüberträufeln.
- 4 Die frischen Beeren verlesen, abbrausen und mit Küchenpapier trocken tupfen. Das Müsli damit garnieren.

Tipp

Außerhalb der Beerensaison können Sie auch tiefgekühlte Beeren verwenden. Oder Sie verfeinern das Powermüsli je nach Jahreszeit mit Orangen, Äpfeln, Mangos oder Kiwis.

Bunter Obstsalat

mit Joghurt-Körner-Topping

