

10 FRÜHSTÜCKS-IDEEN ZUM VALENTINSTAG



Ich habe 10 Ideen für euer perfektes Valentinstags-Frühstück.



Zubereitungszeit

2 Stunden

PORTIONSRECHNER:

Portionen: 2

AMORS TOMATENPFEIL

Schneide die Datteltomaten leicht diagonal durch und drehe sie so zusammen, so dass ein Herz entsteht. Stecke sie mit einem Zahnstocher fest. Schneide den Käse in kleine Drei- und Rechtecke und stecke diese jeweils rechts und links an den Zahnstocher, so dass Amors Tomatenpfeil entsteht.

AMORS TOMATENPFEIL:

- ☐ 8 Cocktailtomaten
- ☐ 40 g Käse (am Stück)
- ☐ 8 Zahnstocher

KARTOFFEL-HERZEN

Schäle die Kartoffeln und schneide sie in 1 cm dicke Scheiben. Stich Herzen mit einem kleinen Ausstecher aus. Vermische die Herzen mit Öl und den Gewürzen und lege sie auf ein Backblech mit Dauerbackfolie oder Backpapier. Auch die Reste können mitgebacken werden. Backe die Kartoffeln im vorgeheizten Backofen bei 210 °C O/U für etwa 20-25 Minuten, bis sie gar sind.

KARTOFFEL-HERZEN:

- ☐ 2 Kartoffeln
- ☐ 1 EL Olivenöl
- ☐ 1 Pr. Salz
- ☐ 1 Pr. Pfeffer
- ☐ ¼ TL Rosmarin (getrocknet)

EMOJI-PANCAKES

Verrühre das Ei und den Zucker mit einem Handrührgerät schön schaumig. Rühre die Milch und den Joghurt kurz ein. Vermische Backpulver und Mehl und rühre die Zutaten bei niedriger Stufe ein. Verwende eine Crêpes-Pfanne oder eine beschichtete Pfanne. Fette sie ganz leicht mit Backtrennspray ein und erwärme sie bei mittlerer Hitze. Setze kleine Teigkreise mit einem Eisportionierer in die Pfanne. Wende sie, sobald die Oberfläche fest ist und backe die Pancakes goldfarben aus.

Male mit einem Zahnstocher und etwas Nussnougatcreme einen Mund auf und klebe kleine Herzen als Augen auf oder male zwei Augen auf und klebe die Zuckermünder darauf.

EMOJI-PANCAKES:

- ☐ 1 Ei
- ☐ 1 EL Zucker
- ☐ 50 g Mehl
- ☐ 1 TL Backpulver
- ☐ 50 ml Milch
- ☐ 50 g Naturjoghurt
- ☐ Backtrennspray
- ☐ 1 TL Nutella
- ☐ Zuckerdekor (Herzen)
- ☐ Zuckerdekor (Münder)

HERZKRAPFEN

Verrühre Wasser, Hefe und Zucker. Verknete die Mischung mit Ei, Milch, Salz, Mehl und Butter und knete daraus in 4-5 Minuten zu einem geschmeidigen Teig. Forme daraus eine Kugel und lass ihn abgedeckt etwa 30-60 Minuten aufgehen.

Rolle ihn auf einer bemehlten Arbeitsfläche etwa 5 mm dünn aus und stich kleine Herzen aus.

Erwärme das Fett in einem Topf bei mittlerer Stufe. Es sollte etwa 2-3 cm tief sein.

HERZKRAPFEN:

- ☐ 2 EL Wasser (warm)
- ☐ ½ Hefe (Würfel)
- ☐

10 FRÜHSTÜCKS-IDEEN ZUM VALENTINSTAG



Die perfekte Frittiertemperatur kannst du mithilfe eines Schaschlikspießes kontrollieren. Halte dafür den Spieß ins Fett. Sobald kleine Bläschen zu sehen sind, ist das Fett bereit.

Lege die Herzen vorsichtig ins heiße Fett hinein. Drehe sie um, sobald sie gleichmäßig aufgegangen sind und drehe sie dann wieder um, sobald die eine Seite goldbraun ausgebacken ist. Backe beide Seiten goldbraun aus, nimm sie mit einem Schöpfer aus dem Fett heraus und lass sie auf Küchenpapier abtropfen.

HERZ-SPIEGELEI

Trenne die Eier. Verrühre die Eigelb mit einer Gabel. Fette eine Pfanne leicht mit Backtrennspray oder Butterschmalz (mein Tipp: verwende eine Eisenpfanne). Lege einen kleinen Herzausstecher in die Pfanne und einen großen runden Ausstecher herum. Erwärme die Pfanne bei mittlerer Hitze. Fülle das Herz mit dem Eigelb und lass es stocken. Das geht am besten, wenn man die Pfanne abdeckt. Sobald das Eigelb stockt, kannst du das Eiweiß in den runden Ausstecher füllen. Decke die Pfanne erneut ab und lass das Ei stocken. Zieh es anschließend vom Herd herunter und entferne die Ausstecher.

HERZ-TOAST

Stich jeweils 1 Herz in zwei Toastbrote. Belege die ganzen Brote mit Wurst und Käse und decke das Sandwich mit dem Herz-Toast ab. Bestreiche es nach Belieben mit Butter. Toaste es in einem Kontaktgrill.

BUTTER IN HERZFORM

Lege einen Butterblock für etwa 20 Minuten ins Gefrierfach. Schneide ihn in 1 cm dicke Scheiben und stich sie herzförmig aus.

KÄSE- UND WURSTPLATTE

Stich Käse- und Wurstscheiben und nach Belieben auch Gurken, etc. herzförmig aus und richte sie hübsch an.

MILCHSHAKE FÜR VERLIEBTE

Püriere die Zutaten in einem Mixer sehr fein und fülle den Milchshake in ein hohes Glas. Bereite ihn erst kurz vor dem Verzehr zu.

CAPPUCCINO ODER LATTE MACCHIATO FÜR VERLIEBTE

Bereite ein Heißgetränk mit Milchschaum nach Wahl zu. Schneide ein Herz in ein Blatt Papier und lege es als Schablone übers Glas. Streue Kakao darüber.

Viel Spaß beim Nachmachen! Ich wünsche euch einen schönen Valentinstag Eure Sally <3

- ☐ **40 g** Zucker
- ☐ **1** Ei
- ☐ **100 ml** Milch
- ☐ **½ TL** Salz
- ☐ **300 g** Mehl
- ☐ **40 g** Butter (flüssig)
- ☐ **700 ml** Frittierfett

HERZ-SPIEGELEI:

- ☐ **2** Eier
- ☐ Backtrennspray

HERZ-TOAST:

- ☐ **4** Toast
- ☐ **2** Käse
- ☐ Sucuk
- ☐ Butter

BUTTER IN HERZFORM:

- ☐ **1** Butter

KÄSE- UND WURSTPLATTE:

- ☐ Käse (nach Belieben)

MILCHSHAKE FÜR VERLIEBTE:

- ☐ **250 ml** Milch
- ☐ **1** Banane
- ☐ **1** Erdbeere (TK)

CAPPUCCINO ODER LATTE MACCHIATO FÜR VERLIEBTE:

- ☐ Kakao