

Müslibrot

Die Idee ein Müslibrot zu backen bekam ganz spontan. Ich habe nämlich in einer Werbeanzeige eines Bäckers dieses leckere Brot gesehen und war sofort begeistert denn es sah einfach zum anbeißen aus. Ein leckeres Müsli zum Frühstück ist zwar etwas feines, allerdings mag ich gerne Brot, und am liebsten ein Reichhaltiges zum Frühstück, damit sich der kleine Hunger nicht gleich wieder meldet. Da ist ein Müslibrot doch super, dachte ich mir, und bin gleich in die Planung gegangen.

Ich habe in meinen Archiven so einige Brotrezepte, die ich auch schon immer ausprobieren wollte, allerdings ist mir dann doch meistens ein neues Kuchenrezept dazwischengekommen ?

Vor längerer Zeit habe ich mal ein Roggenbrot ohne Hefe gebacken, und dieses Rezept fiel mir dann auch gleich in die Hände. Dieses Brot war damals schon unglaublich lecker und deshalb habe ich mich gleich mal mit den entsprechenden Zutaten ausprobiert.

Entscheidend waren natürlich auch die Reste von Weihnachten in meinem Vorratsschrank. Ich habe mich letztendlich für Backpflaumen, Aprikosen und Cranberrys entschieden. Diese Früchte geben dem Brot eine besondere Note und halten es lange frisch. Nüsse dürfen natürlich auch nicht fehlen und ich habe mich da für Walnüsse und Cashews entschieden.

Dieses Brot habe ich nun in kürzester Zeit schon mehrmals gebacken, weil es auch zu Herzhaftem wunderbar schmeckt. Ich denke ,es wird wohl ein täglicher Begleiter in unserer Ernährung.

Schaut doch mal in mein Rezept ??

Zutaten

500 ml Buttermilch

100 g dunkler Zuckerrübensirup

100g Trockenobst nach Wahl

50 g Haferflocken / kernig oder zart

100 g Kerne nach Wahl / Sonnenblumenkerne etc.

100 g Nüsse nach Wahl

100 g Roggenschrot gemahlen

100 g Roggenvollkornmehl

220 g Weizenmehl 550

1 1/2 TL Backpulver

1 1/2 TL Natron

1 TL Salz

Butter zum einfetten

Haferflocken zum Ausstreuen

Zubereitung

- Backofen auf 200C Ober/Unter Hitze oder 180C Umluft vorheizen
- eine Kastenform ca. 30cm einfetten und mit Haferflocken ausstreuen
- das Trockenobst nach Bedarf in kleine Stücke schneiden
- die Nüsse auch eventuell ein wenig zerkleinern
- die Mehlsorten mit dem Backpulver, Natron und Salz vermischen
- Buttermilch mit dem Zuckerrübensirup vermischen
- alle Zutaten zu einem glatten Teig verarbeiten und in die Kastenform füllen
- das Brot im vorgeheizten Backofen ca. 45 Minuten backen
- aus der Form stürzen und abkühlen lassen

Dieses Müslibrot esse ich am liebsten mit Butter und Honig ?

Also lasst euch inspirieren und probiert es doch einfach mal aus ??

LG Tina ♥



Hafertaler ☐ Oatmeal Cookies

Wer kennt nicht diese unglaublich leckeren Hafertaler, die man in einem schwedischen Möbelhaus erwerben kann. Ein Keks probiert, und schon ist die halbe Packung weg. Hafertaler selber herstellen ist aber auch ganz einfach, und sie schmecken mindestens genauso gut. Ich finde sogar noch besser. Allerdings sind sie bei mir nicht ganz so flach, aber hey dafür sind selbstgemachte Oatmeal Cookies eben einzigartig.

Ich habe in meinem Rezept Zartbitterschokolade verwendet, allerdings schmecken die Cookies auch mit Rosinen oder anderen getrockneten Zutaten wie Nüssen sehr lecker. Wer so wie ich sehr wenig oder fast gar nicht frühstückt in der Woche, für den ist es der perfekte kleine Snack zum Kaffee oder Tee am Morgen.

Die Zubereitung dieser wunderbaren Haferflocken Kekse ist auch Kinderleicht, also perfekt um auch schon mal den Nachwuchs mithelfen zu lassen. Ich finde es sowieso sehr wichtig, die Kinder so früh wie möglich mit Backen oder auch Kochen vertraut zu machen und sie immer wieder auch mithelfen zu lassen. So lernen sie viel über Lebensmittel und können sich selbst auch mal ausprobieren.

Es lohnt sich in jedem Fall dieses wirklich leichte Rezept mal auszuprobieren. Also auch für absolute Anfänger geeignet ??

Zutaten – ca. 40 Stück

100 g weiche Butter

140 g brauner Rohrzucker

1 Ei

1 TL Vanillearoma

85 g Mehl

1 TL Backpulver

1 Prise Salz

150 g Haferflocken – weich oder kernig oder gemischt

100 g Zartbitterschokolade oder eine Zutat deiner Wahl

Zubereitung

- den Backofen auf 200 Grad Ober/Unterhitze oder 180 Grad Umluft vorheizen
- die weiche Butter mit dem Zucker cremig rühren
- das Ei und Vanillearoma hinzufügen und weiterrühren bis die Masse schön hell und cremig ist
- Mehl, Backpulver und das Salz miteinander mischen und zur Butter-Ei-Mischung geben und alles gut verrühren
- die Schokolade oder Ähnliches grob hacken und mit den Haferflocken zum Teig geben
- alles kurz verrühren bis sich alle Zutaten gut miteinander verbunden haben
- ein Backblech mit Backpapier auslegen
- aus dem Teig kleine Kügelchen formen und mit genügend Abstand auf das Blech setzen
- die Kügelchen ein wenig flach drücken
- im vorgeheizten Ofen ca. 15- 20 Minuten backen

Die Haferkekse schmecken zum Frühstück, zum Kaffee und natürlich zwischendurch einfach wunderbar.

Also lasst Euch inspirieren und probiert es doch einfach mal aus ??

LG Tina ?



Süßkartoffelbrot ??

Ich liebe selbstgebackenes Brot, und muss mich immer beherrschen es nicht sofort anzuschneiden wenn es aus dem Ofen kommt ? das Süßkartoffelbrot ist auf jeden Fall Versuchung pur ? denn es riecht so unglaublich gut. Im Süßkartoffelbrot vereinen sich nämlich Zimt, Ingwer Ahornsirup und Walnüsse ? es hat dadurch eine leichte Süße, ist schön saftig und eignet sich hervorragend zum Frühstück.

Ich habe eine ähnliche Variante mal im letzte Herbst mit

Kürbis gebacken. Nun hatte ich aber noch ein paar Süßkartoffeln und habe eben dieses Brot gebacken ? es ist ohne Hefe und daher schnell und einfach in der Vorbereitung.

Aber Vorsicht, es besteht absolute Suchtgefahr ? denn wie schon mal erwähnt, der Geruch ist einfach göttlich und macht sofort Lust auf mehr... ? am besten schmeckt es mit ein wenig Butter oder Frischkäse. Aber das solltet ihr einfach mal selbst ausprobieren ?

Zutaten

500 g Süßkartoffeln

60 g weiche Butter

100 g brauner Rohrzucker

1 Päckchen Vanillezucker

Etwas gemahlene Vanille

Eine Prise Salz

1 Ei

100 ml Ahornsirup

1 Tl Zimt

1 haselnussgroßes Stück Ingwer

3 El Milch

300 g Dinkelmehl – Typ 630

3 gestrichene Tl Backpulver

100 g gehackte Walnüsse

Zubereitung

– Ofen auf 170°C Umluft vorheizen

- Süßkartoffeln schälen und in kleine Stücke schneiden. In Wasser weich kochen und ein wenig abkühlen lassen. Dann zu Püree stampfen. Wenn noch kleine Stückchen zu sehen sind macht das nix
- Butter mit dem Zucker schaumig rühren, dann das Ei hinzufügen. Anschließend den Ahornsirup, gemahlene Vanille und Salz dazugeben
- Ingwer reiben und mit der Milch und dem Kartoffelpüree in den Teig mischen
- Mehl und Backpulver mischen und nach und nach unter den Kartoffelteilg rühren. Zum Schluss die gehackten Walnüsse unterheben
- eine Kastenform einfetten und bemehlen oder mit Backpapier auslegen, und den Teig einfüllen
- im vorgeheizten Backofen ca 50-60 Minuten backen
- das Brot etwas abkühlen lassen und genießen, am besten mit Butter oder Frischkäse ?

Also lasst euch inspirieren und probiert es einfach mal aus ?

LG Tina ♥





Popovers ???

Die Popovers sind ein luftiges Eierteig-Gebäck, das beim Backen ordentlich über dem Formrand aufpufft ? und sie sind mal eine willkommene Abwechslung zum Frühstück. Da sie relativ nüchtern zubereitet werden, eignen sie sich wunderbar für den herzhaften Genuss als auch natürlich zu Honig, Konfitüre oder Nutella ?

Ich liebe dieses kleine Gebäck, vor allem wenn es noch schön warm ist, also frisch aus dem Ofen kommt.

Am besten gelingen die Popovers in einer speziellen Form, die es im Handel zu kaufen gibt. Natürlich kann man sie aber auch

in einer Muffinform zuzubereiten. Dann puffen sie allerdings nicht so hoch auf.

Entscheidend für ein gutes Gelingen ist eine hohe Anfangstemperatur im Ofen. Ansonsten ist es ein recht simples Rezept und wirklich leicht in der Zubereitung ? der Teig kann auch am Abend schon vorbereitet werden, und in den Kühlschrank wandern. Am Morgen dann aber bitte nochmal für ca. 30 Minuten bei Zimmertemperatur stehen lassen.



Zutaten – 6 Stück

2 Eier

240 ml Vollmilch

140 g Mehl

15 g geschmolzene Butter

1 Prise Salz

3 Tl Pflanzenöl für die Form

Zubereitung

- Eier und Milch mit einem elektrischen Standmixer glattrühren
- Mehl, geschmolzene Butter und Salz dazugeben und ca. 1 Minute schaumig rühren
- bei Zimmertemperatur ca. 30 Minuten stehen lassen
- jeweils 1/2 Tl Öl in die Form geben. Kein einfetten nötig
- Form in die unterste Schiene des Backofens stellen und auf 230 ° C ober/ unter Hitze vorheizen
- den Teig in ein Gefäß mit Ausguss umfüllen
- die heiße Form aus dem Ofen nehmen (Tür unbedingt wieder schließen) und den Teig rasch in die Vertiefungen verteilen. Schnell wieder in den heißen Ofen damit und 20 Minuten backen. **Ofentür auf keinen Fall öffnen**
- bei einer Muffinform bitte darauf achten, dass die Form nur halbvoll ist, sonst läuft eventuell der Teig über
- Temperatur auf 175 °C reduzieren und weiterbacken bis die Popovers goldbraun sind – ca. 15-18 Minuten
- vorsichtig auf ein Gitter stürzen und 2 Minuten abkühlen lassen

So und jetzt mit Butter, Konfitüre oder Nutella genießen ?

Also lasst euch inspirieren und probiert es einfach mal aus

LG Tina ♥

-

Bircher Müsli ??

Ein Bircher Müsli verbinde ich immer mit Urlaub und Frühstück ? weil ich selbst schon so viel ausprobiert habe, aber das Geschmackserlebnis, wie im Urlaub wollte sich nie einstellen. Beim aufräumen meiner Kochbücher und alten Rezepten habe ich dann meine eigenen Notizen gefunden, die ich mir vor längerer Zeit gemacht habe ? wir haben früher sehr oft vor oder nach unserem Italien Urlaub ein paar Tage auf einem Bauernhof in Oberbayern verbracht. Die Bäuerin dieses Hofes war für mich immer ein Phänomen. Sie stand morgens gegen 5.00 im Stall um die Kühe zu melken, bereitete danach das Frühstück für die Gäste zu, dann war die Zimmerreinigung dran usw.

? zwischendurch wurde noch mindestens ein Kuchen gebacken, und schon wieder das Abendessen für die Gäste vorbereitet. Während meine Töchter natürlich gerne im Stall geholfen haben, bin ich gerne in der Küche gestanden und habe ihr beim schnibbeln von Gemüse oder anderen Vorbereitungen für das Essen geholfen ? natürlich habe ich mir auch immer fleißig Notizen gemacht und eine davon ist das Bircher Müsli. Rosi hat es immer mit Sahne und Nüssen zubereitet. Das Obst hat sich dann jeder selbst dazu gemischt.

Ich raspel immer gerne noch einen Apfel dazu. Wir essen das Bircher Müsli immer in kleinen Portionen, zum Frühstück am Wochenende. Wenn ihr davon gerne mehr essen wollt empfehle ich die Zubereitung mit Milch statt Sahne. Wir wollen ja nicht übertreiben ? also lass dich inspirieren ?



Zutaten ca. 4 Personen

80 g Haferflocken- Blütenzart

180 ml Sahne o. Milch

30 ml Apfelsaft

Etwas Zitronensaft

1-2 El Honig

1 kleiner Apfel- geraspelt

200 g Joghurt

Nüsse, frisches Obst oder einfach alles was man mag

Zubereitung

Die Haferflocken mit der Sahne oder Milch, dem Apfelsaft und

Zitronensaft mischen. Alles über Nacht im Kühlschrank lassen. Am Morgen dann den Apfel rein raspeln. Honig, Joghurt und gehackte Nüsse dazu mischen. Zum Schluss noch mit frischem Obst garnieren ?

Probiert es aus

LG Tina ?♥

