

Standartfrühstück & Zmorge, gesund und reichhaltig

von simon.eggenschwiler@gmail.com

Mengen für 10 Personen
mit Fleisch, Honig & Eier

5 dl Hafermilch	
1.2 kg Brot	
1.0 Liter Tee	warmer, ungesüsster Früchtetee - 8 Liter vorbereiten für abfüllen in Feldflasche
3.0 Liter Milch	
100 g Butter	
100 g Konfitüre	
150 g Honig	
200 g Cornflakes	
500 g Jogurt	
300 g Aufschnitt	
200 g Käsescheiben	
80 g Schoggipulver (OVO)	
15 Stück Eier (gekocht)	<p>als Rührei Rezept: https://www.swissmilk.ch/de/rezepte-kochideen/rezepte/SM2021_DIVE_21/ruehrei/</p> <p>Menge Zutaten 15 Eier 15 EL Milch oder Rahm Salz Pfeffer Butter, zum Braten</p> <p>Kochen & unseren Podcast hören:</p> <p>Rezeptinfos Eier und Rahm in einer Schüssel mit einer Gabel verquirlen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Butter in einer Bratpfanne warm werden lassen. Eimasse dazugeben, etwas stocken lassen. Mit einer Kelle sanft von aussen zur Mitte hin leicht verrühren, weiter stocken lassen. Sobald das Ei durch, aber noch etwas feucht ist, servieren.</p>

keine