

РЕЦЕПТЫ ОТ KINDER МОЛОЧНЫЙ ЛОМТИК ДЛЯ ИДЕАЛЬНОГО ЗАВТРАКА





ПУДИНГ С ЯГОДАМИ



Если приготовить овсянку с вечера, то она станет нежной и ароматной, впитав в себя йогурт (или молоко) с любимыми специями. Более того, это диетическое блюдо похоже на вкусный десерт.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

ШАГ 1

Смешайте хлопья, ваши любимые специи и йогурт.

ШАГ 2

Оставьте в холодильнике на ночь.

ШАГ 3

Утром просто добавьте ягоды, кокосовую стружку, орехи или сухофрукты.

KINDER МОЛОЧНЫЙ ЛОМТИК – ЭТО ВКУСНОЕ
ДОПОЛНЕНИЕ К ЛЮБОМУ ЗАВТРАКУ!



ИНГРЕДИЕНТЫ:

Овсяные хлопья	100 г
Натуральный йогурт	200 мл
Ягоды	по вкусу
Ваниль	по вкусу
Корица	по вкусу
Кардамон	по вкусу



Kinder



ЯГОДНОЕ ПАРФЕ



Иногда утром хочется свою вторую половинку (может быть, и себя самого) порадовать чем-то особенным и красивым, но при этом простым и полезным. Этот рецепт как раз для таких случаев.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

ШАГ 1

Ягоды, йогурт и хлопья выложите слоями в высокий бокал, соблюдая равные пропорции.

ШАГ 2

Всего несколько минут и ваш вкусный, яркий и немного романтичный завтрак готов.

KINDER МОЛОЧНЫЙ ЛОМТИК – ЭТО ВКУСНОЕ
ДОПОЛНЕНИЕ К ЛЮБОМУ ЗАВТРАКУ!



ИНГРЕДИЕНТЫ:

Ванильный йогурт	150 мл
Кукурузные хлопья	150 г
Ягоды	150 г



СЫРНИКИ С АБРИКОСАМИ В ДУХОВКЕ



Рецепт сырников в духовке хорош тем, что есть несколько вариантов его подачи утром. Их можно приготовить заранее, а на завтрак подавать холодными или подогреть в микроволновке. Также вы можете замесить вечером тесто, разложить его по формам или на противень, а утром просто отправить сырники в духовку. Пока вы собираетесь, ароматный и воздушный завтрак приготовится.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

ШАГ 1

Разомните творог, добавьте яйца, сахар и разотрите. Добавьте небольшими порциями муку или манку, каждый раз перемешивая ложкой. Абрикосы разделите на четыре части.

ШАГ 2

На противень положите пергамент и немного смажьте его маслом. Ложкой разложите половину массы.

ШАГ 3

На каждый сырник положите по дольке абрикосов, а сверху — оставшуюся массу.

ШАГ 4

Отправьте в разогретую до 180 градусов духовку на 20 минут.

KINDER МОЛОЧНЫЙ ЛОМТИК – ЭТО ВКУСНОЕ
ДОПОЛНЕНИЕ К ЛЮБОМУ ЗАВТРАКУ!



ИНГРЕДИЕНТЫ:

Творог	300 г
Яйца	2 шт.
Мука/Манка	50 г
Абрикосы	5–6 шт.
Сахар	по вкусу
Ваниль	по вкусу



ТОСТ С ЛОСОСЕМ



Благодаря тосту с лососем с утра вы получите кладезь полезных элементов, в числе которых белок, омега-3, жирные кислоты и железо. Этот завтрак обязательно стоит включить в свой рацион из-за высокого содержания натрия.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

ШАГ 1

Всё элементарно просто: возьмите цельнозерновой хлеб или хлебец, сверху положите мякоть авокадо и ломтик лосося.

ШАГ 2

А дальше, по желанию, огурец, помидор, лук или зелень. Такой полезный и питательный завтрак спокойно подождёт вас в холодильнике до утра. Главное, не забудьте накрыть его сверху пищевой плёнкой.

KINDER МОЛОЧНЫЙ ЛОМТИК – ЭТО ВКУСНОЕ
ДОПОЛНЕНИЕ К ЛЮБОМУ ЗАВТРАКУ!



ИНГРЕДИЕНТЫ:

Хлеб цельнозерновой

Лосось

Авокадо

по вкусу

Kinder



ПЕЧЁНОЕ ЯБЛОКО С КОРИЦЕЙ



Польза печёных яблок заключается в том, что в процессе их приготовления сохраняется максимум полезных веществ, минералов и витаминов. В первую очередь, это калий и железо.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

ШАГ 1

Удалите сердцевину яблока, углубление наполните мёдом и сверху посыпьте корицей.

ШАГ 2

Запекайте в разогретой до 180 градусов духовке 15–20 минут.

ШАГ 3

По желанию вы можете добавить изюм, грецкие орехи или наполнить яблоки творогом и фруктами.

KINDER МОЛОЧНЫЙ ЛОМТИК – ЭТО ВКУСНОЕ
ДОПОЛНЕНИЕ К ЛЮБОМУ ЗАВТРАКУ!



ИНГРЕДИЕНТЫ:

Яблоко	1 шт.
Мёд	1 ч. л.
Корица	по вкусу



Kinder



ПОЛЕНТА С АПЕЛЬСИНОМ



Это низкоуглеводное блюдо богато витаминами А и С, что делает его отличным источником кератина, лютеина и зеаксантина. Полента часто подаётся холодной, а это значит, что её можно приготовить накануне вечером.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

ШАГ 1

Замешайте поленту, тростниковый сахар, яйца, сливочное масло и половину стручка ванили до однородной массы. Заполните тестом на 2/3 форму, смазанную сливочным маслом, и запекайте в течение часа.

ШАГ 2

Белый сахар растопите в сковороде вместе с оставшейся ванилью. В растопленную карамель добавьте очищенные и порезанные дольками апельсины и снимите сковороду с огня.

ШАГ 3

Посыпьте тёртым имбирём. На остывший кекс выложите карамелизированные апельсины с имбирём и украсьте кремом «Англез».

KINDER МОЛОЧНЫЙ ЛОМТИК – ЭТО ВКУСНОЕ
ДОПОЛНЕНИЕ К ЛЮБОМУ ЗАВТРАКУ!



ИНГРЕДИЕНТЫ:

Полента	300 г
Сливочное масло	100 г
Тростниковый сахар	300 г
Белый сахар	100 г
Крем «Англез»	1 ст. л.
Яйца	4 шт.
Стручок ванили	1 шт.
Апельсин	2 шт.
Имбирь	10 г



ТВОРОЖНО-БАНАНОВЫЕ МАФФИНЫ



Творожно-банановые маффины должны прийтись по вкусу детям. Такие маффины прекрасно подходят как десерт или как завтрак. Подавайте их теплыми или холодными. При желании можно разогреть в микроволновке.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

ШАГ 1

Взбейте творог с яйцами и бананом блендером.

ШАГ 2

Добавьте тёртое яблоко, перемешайте массу

ШАГ 3

Выложите в формочки и выпекайте в духовке 35 минут при 190 градусах.

KINDER МОЛОЧНЫЙ ЛОМТИК – ЭТО ВКУСНОЕ
ДОПОЛНЕНИЕ К ЛЮБОМУ ЗАВТРАКУ!



ИНГРЕДИЕНТЫ:

Творог	300 г
Банан	1 шт.
Яблоко	2 шт.
Яйца	2 шт.



Kinder



ТВОРОЖНЫЕ ВАФЛИ



Что может быть вкуснее ароматных воздушных вафель на завтрак? Только творожные венские вафли со свежими фруктами, сезонными ягодами, кленовым сиропом или джемом. Вафли из творога станут хорошей альтернативой сырникам или оладушкам.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

ШАГ 1

350 г творога перетрите через сито, добавьте 3 куриных яйца и 3 ст. л. сахара. Перемешайте. Добавьте в тесто 3 ст. л. пшеничной муки, 1 ч. л. соды, щепотку соли и ванилина. Еще раз перемешайте тесто до однородной консистенции.

ШАГ 2

Разогрейте электрическую вафельницу, смажьте пластины растительным маслом.

ШАГ 3

На каждую пластину выложите 1 ст. л. теста. Выпекайте вафли 2-3 минуты до золотистого оттенка.

KINDER МОЛОЧНЫЙ ЛОМТИК – ЭТО ВКУСНОЕ
ДОПОЛНЕНИЕ К ЛЮБОМУ ЗАВТРАКУ!



ИНГРЕДИЕНТЫ:

Творог	350 г
Яйца	3 шт.
Сахар	3 ст. л.
Пшеничная мука	3 ст. л.
Сода	1 ч.л.
Соль	по вкусу
Ванилин	по вкусу
Ягоды	по вкусу

Kinder



ТВОРОЖНЫЕ ШАРИКИ



Готовим пушистые, нежные и ароматные творожные шарики, обжаренные во фритюре в масле. Эти румяные колобки особенно хороши в теплом виде, а если посыпать их сахарной пудрой и подать со стаканом молока или чашечкой чая, домашние будут в восторге!

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

ШАГ 1

В глубокой посуде смешайте 300 г творога, 5 ст. л. сахара, 1 куриное яйцо и 0,5 ч. л. соды. Добавьте в тесто 1,5 стакана просеянной пшеничной муки.

ШАГ 2

Замесите эластичное тесто, оставьте его на 20 минут.

ШАГ 3

Готовое тесто раскатайте в жгут, порежьте на небольшие кусочки. Сформируйте шарики небольшого размера. Выложите заготовки в кипящее растительное масло.

ШАГ 4

Обжарьте творожные шарики до золотистого оттенка. Украсьте готовый десерт сахарной пудрой.

KINDER МОЛОЧНЫЙ ЛОМТИК – ЭТО ВКУСНОЕ
ДОПОЛНЕНИЕ К ЛЮБОМУ ЗАВТРАКУ!



ИНГРЕДИЕНТЫ:

Творог	300 г
Сахар	5 ст. л.
Яйцо	1 шт.
Сода	0,5 ч. л.
Мука	1,5 стакана
Сахарная пудра	по вкусу



СЫРНИКИ С ШОКОЛАДОМ



Что может быть вкуснее румяного, вкусного сырника с растопленным шоколадом внутри? Такие сырники обязательно придутся вам по вкусу в сочетании со свежим кофе или чаем.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

ШАГ 1

Смешайте 400 г творога, 1 яйцо, 3 ст. л. манки, соль.

ШАГ 2

Посыпьте стол мукой, раскатайте колбаску из творожного теста, ножом разрежьте её на кусочки толщиной 1,5 см, сформируйте сырники. В серединку каждого сырника положите кусочек шоколада.

ШАГ 3

Обжарьте в растительном масле.

KINDER МОЛОЧНЫЙ ЛОМТИК – ЭТО ВКУСНОЕ
ДОПОЛНЕНИЕ К ЛЮБОМУ ЗАВТРАКУ!



ИНГРЕДИЕНТЫ:

Творог	400 г
Манка	3 ст. л.
Яйцо	1 шт.
Шоколад	50 г
Соль	1 щепотка



Kinder



ТВОРОЖНАЯ ЗАПЕКАНКА



Получается необыкновенно вкусной, нежной и буквально тает во рту.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

ШАГ 1

В чаше блендера смешайте 500 г творога, 100 г сметаны, 5 ст. л. молока, 2 ч. л. манки, 3 яйца и 3 ст. л. сахара. Взбейте смесь до однородной консистенции.

ШАГ 2

Форму для выпечки смажьте сливочным маслом, выложите в неё половину творожной массы. Сверху выложите 150 г красной смородины. Залейте ягоды оставшейся творожной массой. Разровняйте поверхность.

ШАГ 3

Готовьте запеканку в разогретой до 190 градусов духовке 20 минут. Затем уменьшите температуру до 160 градусов и продолжите готовить запеканку ещё 30 минут. Украсьте любимыми ягодами по вкусу.

KINDER МОЛОЧНЫЙ ЛОМТИК – ЭТО ВКУСНОЕ
ДОПОЛНЕНИЕ К ЛЮБОМУ ЗАВТРАКУ!



ИНГРЕДИЕНТЫ:

Творог	500 г
Сметана	100 г
Молоко	5 ст. л.
Манка	2 ч. л.
Яйца	3 шт.
Сахар	3 ст. л.
Ягоды	по вкусу

Kinder



НЬОККИ ИЗ МАНКИ В ЯГОДНОМ СОУСЕ



Своеобразные ленивые вареники, но уже без творога.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

ШАГ 1

Доведите молоко до кипения и всыпайте в него манку, постоянно помешивая. Добавьте соль и ложку сахара, и проварите 5-7 минут.

ШАГ 2

Вскипятите сок с оставшимся сахаром, разведите крахмал в воде и смешайте их, чтобы получился соус-кисель.

ШАГ 3

Взбейте яйца, смешайте с остывшей манкой, ложками сформируйте ньокки, обваляйте в кокосовой стружке и обжарьте на сливочном масле. Подавайте с соусом и ягодами.

KINDER МОЛОЧНЫЙ ЛОМТИК – ЭТО ВКУСНОЕ
ДОПОЛНЕНИЕ К ЛЮБОМУ ЗАВТРАКУ!



ИНГРЕДИЕНТЫ:

Молоко	500 г
Манка	10 ст. л.
Соль	0,5 ч. л.
Сахар	1/3 стакана
Яйца	2 шт.
Ягодный сок	120 мл
Крахмал	3 ст. л.
Ягоды	по вкусу
Кокосовая стружка	4 ст. л.
Сливочное масло	70 г

Kinder



ЯБЛОЧНЫЕ ПАНКЕЙКИ



Подавайте их на завтрак с яблочным соусом, сметаной или вареньем.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

ШАГ 1

Очистите яблоки, нарежьте кубиками, присыпьте сахаром и тушите на медленном огне около 5 минут.

ШАГ 2

Смешайте сметану с содой, добавьте остальные ингредиенты для теста и размешайте венчиком.

ШАГ 3

В конце добавьте в тесто яблоки и обжарьте панкейки с двух сторон на среднем огне.

KINDER МОЛОЧНЫЙ ЛОМТИК – ЭТО ВКУСНОЕ
ДОПОЛНЕНИЕ К ЛЮБОМУ ЗАВТРАКУ!



ИНГРЕДИЕНТЫ:

Мука	180 г
Сметана	250 г
Сода	1 ч. л.
Яйцо	1 шт
Сахар	3 ст. л.
Яблоко	1 шт.
Корица	1 щепотка



Kinder



ПЫШНЫЙ ФРАНЦУЗСКИЙ ОМЛЕТ



Рассказываем рецепт, как легко
приготовить на завтрак тот самый
красивый высокий омлет.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

ШАГ 1

Разделите белки и желтки, затем
добавьте в белки соль и взбейте
их миксером до пышной массы.
Продолжая взбивать, поштучно
добавляйте желтки.

ШАГ 2

Смажьте сковороду сливочным
маслом, разогрейте до
минимальной температуры
и выложите туда омлет. Через
минуту накройте крышкой
и готовьте, не открывая, 4-5 минут.

ШАГ 3

Подавайте с соусом, мясом,
сыром или овощами.

KINDER МОЛОЧНЫЙ ЛОМТИК – ЭТО ВКУСНОЕ
ДОПОЛНЕНИЕ К ЛЮБОМУ ЗАВТРАКУ!



ИНГРЕДИЕНТЫ:

Яйца	3 шт.
Соль	по вкусу
Сливочное масло	по вкусу



Kinder

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

