

Herzbrötchen mit Frühstücks-Quark für Kinder

etwa 6 Stück



etwas Übung erforderlich



bis 40 Min.
ohne Stand-, Back- und Kühlzeit

Für das Backblech:

Backpapier

Hefeteig:

375 g Weizenmehl Type 1050
1 Pck. Dr. Oetker Hefeteig Garant
1 TL Salz
1/2 TL Zucker
1 Be. Dr. Oetker Crème légère (150 g)
125 ml Milch

Außerdem:

2 EL Milch
etwa 1 1/2 EL Sesamsamen
etwa 1 1/2 EL Sonnenblumenkerne
etwa 1 1/2 EL Kürbiskerne



Frühstücks-Quark:

250 g Speisequark (Magerstufe)
1 Be. Dr. Oetker Crème légère (150 g)

Kräuter-Quark (Variante 1):

1 Pck. tiefgekühlte gehackte, gemischte Kräuter (25 g)
1/2 TL Salz
frisch gemahlener Pfeffer

Erdbeer-Quark (Variante 2):

50 g Erdbeeren
1 Pck. Dr. Oetker Bourbon Vanille-Zucker

Und so wird es gemacht: Lass dir bei schwierigen Sachen von den Großen helfen.

1. Vorbereiten: Stelle alle Zutaten abgewogen bereit. Belege das Backblech mit Backpapier. Heize den Backofen vor.

Ober-/Unterhitze: etwa 200°C

Heißluft: etwa 180°C

2. Hefeteig: Vermische das Mehl sorgfältig mit Hefeteig Garant in einer Rührschüssel. Füge die übrigen Zutaten hinzu und verarbeite alles mit einem Mixer (Knetaken) in etwa 2 Min. zu einem glatten Teig. Rolle den Teig mit einem Teigroller auf leicht bemehlter Arbeitsfläche zu einem Quadrat (etwa 20 x 20 cm) aus und steche mit Hilfe des größten Herzausstechers (Ø 8 cm) Brötchen aus. Lege diese auf das Backblech.

3. Den übrigen Teig verknetest du wieder und rollst ihn so aus, dass er etwa 2 cm dick ist. Steche weitere Herzen aus, bis der Teig verbraucht ist. Schneide mit einem kleinen Messer etwa 1 cm tief in die Einkerbung der Herzen und ziehe die Herzen etwas auseinander (so bleibt die Herzform während des Backens erhalten). Bestreiche die Herzbrötchen mit Milch und bestreue sie zur

Tipps:

- Steche mit den kleineren Herzausstechern aus Wurst- und Käsescheiben Herzen aus. Mit dem kleinsten Herzausstecher kannst du Butterherzen ausstechen. Serviere dies zu den Herzbrötchen.
- Die Brötchen können gut eingefroren werden.

Hälfte mit Sesamsamen, Sonnenblumenkernen und/oder Kürbiskernen.

4. Lass die Brötchen noch 15 Min. ruhen. Schiebe sie dann in den Backofen.

Einschub: Mitte

Backzeit: etwa 15 Min.

Ziehe die Brötchen mit dem Backpapier vom Backblech und lass sie auf einem Kuchenrost erkalten.

5. Frühstücks-Quark: Verrühre den Quark mit Crème légère. Verteile die Quarkmasse auf 2 kleine Schälchen.

6. Kräuter-Quark (Variante 1): Rühre die Kräuter unter eine Hälfte Quark und würze das ganze mit Salz und Pfeffer. Nach Wunsch kannst du den Quark mit etwas Schnittlauch dekorieren.

7. Erdbeer-Quark (Variante 2): Wasche und putze die Erdbeeren. Tupfe sie trocken, lege eine ganze Erdbeere beiseite und schneide die übrigen in feine Stücke. Verrühre die andere Hälfte Quark mit dem Bourbon Vanille-Zucker und hebe vorsichtig die Erdbeerstücke unter. Halbiere die ganze Erdbeere und lege sie als Dekoration auf den Quark.

Pro Portion / Stück: E: 17 g, F: 13 g, Kh: 51 g, kJ: 1.665, kcal: 398