

40 Frühstücksideen für einen leckeren Start in den Tag



Frühstücken wie ein Kaiser, Mittagessen wie ein König und Abendessen wie ein Bettler - das Frühstück ist die wichtigste Mahlzeit am Tag. Ob French Toast mit Erdbeeren, Joghurt-Pfannkuchen mit Himbeeren oder Toastmuffins mit Speck - nach dem Aufstehen darf geschlemmt werden. Und zwar reichlich. Besonders lecker: [Frühstücksideen mit Ei](#). Start your day right und freu dich über 25 unwiderstehlich leckere Frühstücksfreuden.

Süße Rezepte

French Toast mit Erdbeeren, Ziegenkäse-Vanille-Creme und Basilikum

Der Rezeptname sagt schon alles. Ein Frühstück zum Dahinschmelzen, Genießen und Verwöhnen. Am besten

sonntags im Bett und dazu eine dampfende Tasse Kaffee oder Tee in der Hand. [Zum Rezept](#)



[French Toast mit Erdbeeren](#) © Kaja Hengstenberg | The Recipe Suitcase

Sonntags Dinkel-Roggen-Brötchen

Obwohl "Sonntag" im Namen steckt, schmecken die Dinkel-Roggen-Brötchen auch an allen Tagen köstlich - vor allem, wenn sie frisch, warm und knusprig aus dem Ofen kommen. [Zum Rezept](#)



[Sonntags-Dinkel-Roggen-Brötchen](#)

Brioche mit Johannisbeerbutter

Französisch backen kann so einfach sein. Und wenn dann

40 Frühstücksideen für einen leckeren Start in den Tag

die kleinen Brötchen aus dem Ofen sind... lauwarm, bestrichen mit selbstgemachter, süßer Johannisbeerbutter – dann kann man beschwingt in den Tag starten. [Zum Rezept](#)



[Brioche mit Johannisbeerbutter](#) © Christine Garcia Urbina | Trickytine

Johannisbeer-Curd

Statt Butter lässt sich aus den kleinen roten Beeren alternativ auch ein Curd machen. Der lässt sich außerdem nicht nur fürs Frühstück, sondern auch für Kuchen und Gebäck zum Nachmittagskaffee verwenden. [Zum Rezept](#)



[Johannisbeer-Curd](#) © Anne Philipp | A cake a day

Banana Bread mit Mandelmus

Von wegen Brot ... Dieses Banana Bread mit Mandelmus ist so lecker, dass du es am liebsten den ganzen Tag essen möchtest - zu einer Tasse Kaffee und zu einem Becher Schokolade, am Abend und am Morgen. [Zum Rezept](#)



40 Frühstücksideen für einen leckeren Start in den Tag

Banana Bread mit Mandelmus

Ofenpfannkuchen mit Beeren

Weil es so einfach ist: Pfannkuchen aus dem Ofen. Da braucht man nämlich nur einen backen. Gefüllt mit Obst und Sahne wird daraus dann eine sündhaft leckere Kuchenrolle. Zum Rezept



Ofenpfannkuchen mit Beeren © Monika Hinnemann | Süße Zaubereien

Zucchini Brot mit Datteln und Zitronencreme

Ein verführerischer Duft, innen weich und außen knusprig: Die Zucchini macht das Brot nicht nur besonders lecker, sondern auch besonders saftig. Zum Rezept



Zucchini Brot mit Datteln und Zitronencreme

Rhabarber-Mascarpone-Waffeln

Fluffig und saftig, so wie sie sein müssen. Da der Waffelteig bereits mit Rhabarber und Mascarpone verfeinert ist, schmecken Irinas Waffeln pur eigentlich am besten! Zum Rezept



Rhabarber-Mascarpone-Waffeln © Irina Lauterbach |

40 Frühstücksideen für einen leckeren Start in den Tag

lecker macht laune

Du bist auf der Suche nach dem ultimativen Waffel-Rezept? Mit diesem Grundrezept werden deine Waffeln besonders luftig, besonders saftig und besonders lecker.

French Toast Sticks

Die feine Variante des französischen Klassikers. Altbackene Toastbrotstücken, ummantelt von einer feinen Eier-Creme, serviert mit frischen Blaubeeren - ein Gedicht. Zum Rezept



French Toast Sticks

Frühstücksauflauf mit Haferflocken – Baked Oatmeal

Haferflocken sind gerade einfach der Renner. Und wer sie noch nicht gebacken probiert hat, der sollte das schleunigst nachholen. Hier wird ebenfalls geschichtet und das nicht ohne. Denn die Baked Oats sind nicht nur gesund, sondern auch echte Sattmacher. Zum Rezept



Noch mehr leckere Rezepte gibt's auf www.springlane.de/magazin

Frühstücksauflauf mit Haferflocken © Simone Filipowsky | S-Küche

Frühstücksmuffins

Muffins können auch gesund. Die Frühstücksmuffins ohne raffinierten Zucker sind der beste Beweis. Für die nötige Süße sorgen hier Obst und Honig. Aber was fast noch besser ist: Die Muffins sind das perfekte Frühstück to go und halten sich außerdem ein paar Tage. Zum Rezept



Frühstücksmuffins © Tobias Müller | Der Kuchenbäcker

Schokoladen-Bananen-Brot

Ein wenig dekadent: Mit diesem Bananenbrot gönnst du dir die doppelte Schokoladendöhnung. Schokostückchen im bananigen Schokoteig und dazu unfassbar saftig. Zum Rezept

© 2017 Springlane

40 Frühstücksideen für einen leckeren Start in den Tag



Schokoladen-Bananebrot

Croissants mit Orangen-Honig-Butter

Eine Frühstücksrunde ohne Croissants? Keineswegs. Zum knusprig-luftigen Gebäck gibt es eine feine Butter aus Honig, Orange und Cranberries. Genug der Worte. [Zum Rezept](#)



Croissants mit Orangen-Honig-Butter © Nastasja Schmah | Lirumlarumlöffelstiel

Kürbis-Pancakes

Kürbis im Pfannkuchen - ein zuckersüßes Duo! Besonders lecker schmecken die kleinen Küchlein auf dem Sofa, unter einer Decke, mit einer heißen Schokolade in der Hand. [Zum Rezept](#)



Kürbis-Pancakes

Schokoladen-Brötchen

Selbstgemachte Brötchen sind doch etwas Herrliches! Am besten noch lauwarm und wenn dann die Schokolade noch leicht weich ist. Da geht einem das Frühstücksherz auf! Heidis Tipp: Mit Schokoladen-Sahne genießen. [Zum Rezept](#)

40 Frühstücksideen für einen leckeren Start in den Tag



Schokoladen-Brötchen © Heidi Zimmermann | Die Feinschmeckerin

Joghurt-Pfannkuchen mit Himbeeren

Zum Schluss gibt's luftig-leichte Pfannkuchen aus Joghurt, Dinkelmehl und Dattelsirup, getoppt mit süß-sauren Himbeeren. Steht in 15 Minuten auf dem Frühstückstisch. Ein schnelles Frühstück zum Verwöhnen. [Zum Rezept](#)



Noch mehr leckere Rezepte gibt's auf www.springlane.de/magazin

Joghurt-Pfannkuchen mit Himbeeren

Mini-Pancakes

Frühstück schmeckt in gemütlicher Runde einfach am besten. Wer seine Brunch- und Frühstücksgäste mit etwas Besonderem überraschen möchte, für den wären die kleinen Pancakes am Spieß doch perfekt. Von denen nimmt man auch gerne mal zwei oder drei oder... [Zum Rezept](#)



Mini-Pancakes © Johanna Gebel | My tasty little beauties

Waffel-Sandwich

Waffeln, Bananen, Nuss-Nougat-Creme - das perfekte Sandwich für Schleckermäuler. Die Kokosraspeln sorgen außerdem für ein wenig Urlaubsfeeling am Frühstückstisch. [Zum Rezept](#)

40 Frühstücksideen für einen leckeren Start in den Tag



Waffel-Sandwich © Johanna Gebel | My tasty little beauties

Buchteln mit Himbeeren

Luftiger Hefeteig, süße Himbeeren und knusprige Streusel – ein Traum. Natürlich nicht nur am Frühstückstisch. Mit den Buchteln kann man Naschkatzen auch am Kaffeetisch verwöhnen. Besser geht's nicht. [Zum Rezept](#)



Buchteln mit Himbeeren © Kaja Hengstenberg | The Recipe Suitcase

Herzhafte Rezepte

Süßkartoffelwaffeln mit Avocado-Creme und pochiertem Ei

Für den herzhaften Waffelhunger: Knusprige Süßkartoffelwaffeln mit Avocado-Creme und pochiertem Ei. Man gönnt sich ja sonst nichts [Zum Rezept](#)

40 Frühstücksideen für einen leckeren Start in den Tag



Süßkartoffelwaffeln mit Avocado-Creme und pochiertem Ei

Knusprige Rühreirollen mit Käse und Sour-Cream-Dip

Hier hat sich goldgelbes Rührei mit würzigem Käse in kleinen Teigtäschchen versteckt, die zusammen mit kühler Sour Cream einen kleinen, leckeren Snack ergeben. [Zum Rezept](#)



Knusprige Rühreirollen mit Käse und Sour-Cream-Dip

Green Avocado Spargel Sandwich mit Aioli

Eine ordentlich belegte Scheibe gutes Brot am Morgen kann einen genussmäßig in Entzückung versetzen. Die grüne Stulle mit Avocado, Spargel, Zucchini und Kresse sieht aber nicht nur gut aus, sie schmeckt auch herrlich köstlich! [Zum Rezept](#)



Green Avocado Spargel Sandwich mit Aioli © Sabrina Sue Daniels | Sabrina Sue

Lachs-Omelett

Das gute alte Omelett. Gefüllt mit Räucherlachs, Zucchini, Erbsen und Dill wird aus dem Klassiker ein herrliches Sattmacher-Frühstück, mit dem man gut gelaunt in den Tag starten kann. [Zum Rezept](#)

40 Frühstücksideen für einen leckeren Start in den Tag



Lachs-Omelett © Marlene Rafbauer | 52 Plates of Delight

Fluffiges Rührei mit Speck und Spinat

Luftiges Rührei, knusprige Speckwürfel und zarte Spinatblätter – genau das Richtige für ein gemütliches Sonntagsfrühstück. [Zum Rezept](#)



Fluffiges Rührei mit Speck und Spinat

Toastmuffins mit Ei und Bacon

Eier und Speck sind keine Neuheit zum Frühstück. Als schnell gebackener Muffin aus dem Ofen aber schon. Neben all den süßen Leckereien eine willkommene herzhaftere Abwechslung auf dem Frühstücksteller! [Zum Rezept](#)



Toastmuffins mit Bacon und Ei © Anne Philipp | A cake a day

Pestoblume

Bei diesem Brot ist der Aufstrich schon mit dabei. Die hübsche Brotblume ist außerdem ebenfalls ein echter Allrounder. Sie macht bei Frühstück und Brunch eine gute Figur, aber auch beim Picknick oder Grillen. [Zum Rezept](#)

40 Frühstücksideen für einen leckeren Start in den Tag



[Pestoblume](#)

Müsli Rezepte

Schoko-Knusper-Granola

Es schmeckt eben am besten, wenn man weiß, was drinsteckt. Und das gilt auch für Müsli. Außerdem lässt sich bei der Müsli-Herstellung munter mit den Geschmackskomponenten experimentieren. Mara zeigt, wie's funktioniert. [Zum Rezept](#)



[Schoko-Knusper-Granola](#) © Tamara Staab | Maras Wunderland

Du magst keine Schokolade, aber Rosinen? [Mit diesem Grundrezept](#) kannst du dein Müsli nach Belieben [verfeinern](#) - ganz so, wie es dir am besten schmeckt.

Quinoa-Porridge mit Blaubeeren

Diese Proteinbombe macht müde Morgenmuffel munter. Blaubeeren und Honig geben dem Superfood eine angenehme Süße und Mandeln sorgen für den gewissen Crunch. [Zum Rezept](#)

40 Frühstücksideen für einen leckeren Start in den Tag



Quinoa-Porridge mit Blaubeeren

Smoothie Bowls

Für die Extra-Portion-Gute-Laune am Morgen! Eine Schale voller Vitamine, eine Schale voller Mineralstoffen und eine Schale voller Glückseligkeit - in wenigen Minuten. Smoothie vorbereiten, mit Mandeln, Nüssen oder frischen Früchten toppen und genießen. [Zum Rezept](#)



Smoothie Bowls

Matcha-Oats mit Ananas

Abends vorbereiten, morgens genießen. [Overnight Oats](#) mausern sich langsam zu einem Klassiker am Frühstückstisch. Aber nicht als Einheitsbrei – die Haferflocken lassen sich raffiniert mit allerlei anderen Zutaten kombinieren. Wie eben mit Matchatee und frischer Ananas. [Zum Rezept](#)



Matchaoats mit Ananas © Ramona Urschel | Frl. Moonstruck kocht!

Knuspriges Mandel-Honig-Müsli mit Chia-Samen

Wie du Morgenmuffel aus dem Bett lockst? Mit einem selbstgemachten Müsli. Die Basis: Haferflocken – getoppt von knusprigen Mandeln, exotischen Kokosflocken und gesunden Chia-Samen. [Zum Rezept](#)

40 Frühstücksideen für einen leckeren Start in den Tag



Knuspriges Mandel-Honig-Müsli mit Chia-Samen



Fruchtige Acai-Bowls

Oats mit Chia-Samen und Rhabarber-Erdbeer-Kompott

Die zweite Variante an Overnight Oats kommt mit frühlingshaftem Kompott aus Erdbeeren und Rhabarber daher, der sich Schicht für Schicht zwischen die Flocken und Chia-Samen legt. Dieses Frühstück löffelt man gerne! [Zum Rezept](#)

Tropische White Oats

Ja, es sind wieder Oats. Aber diesmal auf thailändische Art in Kokosmilch und -wasser gekocht. Wie gesagt, mit Haferflocken wird es morgens nicht langweilig. Dazu gibt es Mango, Litschi, Kiwi und was das Tropenherz noch begehrt. [Zum Rezept](#)



Oats mit Chia-Samen und Rhabarber-Erdbeer-Kompott



Tropische White Oats © Daniela & Michael Becker |

Fruchtige Acai-Bowls

Smoothie zum Löffeln - voller Vitamine, mega gesund und obendrein auch noch verdammt lecker. Die Basis: Acai-Püree - getoppt von allem, was dein Herz begehrt. [Zum Rezept](#)

40 Frühstücksideen für einen leckeren Start in den Tag

Flowers on my plate

Smoothies & Shakes

Frozen Joghurt Frühstücksdrinks

Wenn Kinderträume wahr werden ... Eis zum Frühstück – und zwar in Form eines eisgekühlten Frühstücksdrinks. Cremiger Frozen Joghurt – verfeinert mit Bananen, Walnüssen und Honig. [Zum Rezept](#)



[Frozen Joghurt Frühstücksdrink](#)

Grüner Smoothie mit Chia-Samen

Spinat, Grünkohl, Gurke und Apfel pürieren. Mit Limettensaft und Chia-Samen verfeinern. Und dann – trinken. Ein Superfood-Smoothie der Extraklasse! [Zum Rezept](#)



[Grüner Smoothie mit Chia-Samen](#)

Rosenkohl-Himbeer-Smoothie

Die Vitaminbombe im Herbst! Das gesunde Wintergemüse versorgt experimentierfreudige Smoothie-Trinker in diesem Fruchtmix mit viel Vitamin C. Fruchtige Himbeeren und milder Honig sorgen für die nötige Süße. [Zum Rezept](#)



[Rosenkohl-Himbeer-Smoothie](#)

Avocado-Smoothie

Cremiger Trinkgenuss mit nussiger Note – verfeinert mit spritziger Zitrone und feiner Mandelmilch. [Zum Rezept](#)



[Avocado-Smoothie](#)

Blueberry-Pie-Smoothie

Amerikanischer Klassiker aus dem Strohhalm - fruchtige Blaubeeren, cremige Mandelmilch und on Top zarte Haferflocken. [Zum Rezept](#)

40 Frühstücksideen für einen leckeren Start in den Tag



Blueberry-Pie-Smoothie

Mango-Himbeer-Smoothie mit Gojibeeren und Chia-Samen

Wer es morgens eher kühler, frischer, fruchtiger bevorzugt und sein Frühstück lieber schlürft als mampft, der ist bei diesem Superfood-Smoothie genau an der richtigen Adresse. Die volle Ladung Vitamine gibt's nämlich noch dazu. [Zum Rezept](#)



Mango-Himbeer-Smoothie mit Gojibeeren und Chia © Nastasja Schmah | Lirumlarumlöffelstiel

Es müssen nicht immer Waffeln und Pancakes sein. Chia-Samen und Quinoa sind nicht nur gesünder, sondern bereiten sich wie von alleine zu. Auch lecker: Üppig belegte Frühstücksstollen to go - für all diejenigen, die morgens mal wieder unter Zeitdruck stehen.