**PRZEPISY na udany początek dnia - pomysły na pyszne śniadanie dla całej rodziny**

**Śniadanie to rodzinny rytuał, który warto kultywować w każdym domu. Niezależnie od tego, czy mamy możliwość wspólnych posiłków na co dzień, czy tylko od święta – warto spędzić tan poranny czas w gronie najbliższych. Co więcej, od czasu do czasu postawmy na efekt „wow” i zaserwujmy nieco bardziej wykwintny posiłek lub kanapki w niecodziennej wersji. Propozycje na słodko i w opcji wytrawnej z pewnością przypadną do gustu zarówno młodszym, jak i starszym. Koniecznie spróbujcie!**

**Śniadaniowy hit z Ameryki**

Śniadania na słodko mają nie jednego fana. Naleśniki i placuszki są bardzo dobrze znane na polskim gruncie, natomiast coraz większą sławę zyskują amerykańskie „pankejki”. Ten smakołyk powinien szczególnie przypaść do gustu małym smakoszom.

Puszysta struktura ciasta i niebanalny sposób podania zagwarantują niezapomniany smak. Połączenie tych mini naleśników z ulubionym dżemem, owocami lub – jak na amerykańskie danie przystało – syropem klonowym, sprawi, że dobrze rozpoczniemy dzień.

**Błyskawiczne pancakes**

****Składniki:

Ciasto:

* 300 g mąki pszennej
* 2 łyżeczki proszku do pieczenia
* szczypta soli
* 2 łyżki cukru
* 3 jajka (M)
* 50 g Delmy Maślany smak 80% tłuszczu
* 350 ml mleka

Dodatkowo:

* 1 łyżka Delmy Maślany smak 80% tłuszczu
* miód lub syrop klonowy
* owoce

Przygotowanie:

1. Delmę roztop. Jajka ubij z cukrem na puch, dodaj mąkę wymieszaną z proszkiem do pieczenia oraz solą, mleko i roztopioną Delmę.
2. Wszystko wymieszaj mikserem.
3. Małą patelenkę rozgrzej, posmaruj odrobiną Delmy Maślany smak i wlej łyżkę stołową ciasta.
4. Przykryj pokrywką i smaż na małym ogniu. Gdy na powierzchni ciasta pojawią się pęcherzyki powietrza przewróć placek na drugą stronę i smaż, aż się zarumieni.
5. W ten sposób usmaż wszystkie placki. Podawaj polane miodem lub syropem klonowym i posypane ulubionymi owocami.

**Słodkie serowe zawijasy**

Kakaowe naleśniki to świetna propozycja na śniadanie od święta. Potrafią zaskoczyć! Kakao w połączeniu ze smacznym, delikatnie przyrumienionym plackiem stworzą idealną kompozycję.

Zazwyczaj w domach serwujemy standardową wersję naleśników, dlatego warto dla urozmaicenia odejść od klasyki i postawić na niecodzienny przepis! Danie przygotowuje się równie szybko jak zwykłe naleśniki, a efekt końcowy będzie zdecydowanie bardziej ekscytujący.

**Kakaowe naleśniki z serem**

Składniki:

Ciasto:

* 300 g mąki pszennej
* 3 łyżki kakao
* 100 g Delmy Maślany smak 80% tłuszczu
* 2 jajka (L)
* 250 ml mleka
* 250 ml wody
* szczypta soli

Nadzienie:

* 800 g twarogu sernikowego mielonego
* 3 łyżki cukru
* 1 opakowanie cukru waniliowego (15 g)
* Dodatkowo:
* 200 g ulubionych owoców (mogą być mrożone)
* 2 łyżki cukru
* owoce do dekoracji

Przygotowanie:

1. Przygotuj ciasto. Delmę Maślany smak 80% tłuszczu roztop w rondelku. Do miski wsyp mąkę, kakao, sól, dodaj jajka, mleko, wodę i roztopioną Delmę.
2. Wszystko razem wymieszaj mikserem i odstaw na 10 minut.
3. Otrzymana masa powinna być gęstości słodkiej śmietanki.
4. Na rozgrzaną patelnię wlewaj porcję ciasta i smaż cienkie naleśniki.
5. Twaróg wymieszaj z cukrem i cukrem waniliowym. Naleśniki posmaruj masą serową i zwiń w rulony.
6. Owoce włóż do rondelka, wsyp cukier i gotuj około 10 minut, następnie przetrzyj przez sito.
7. Gotowe naleśniki przed podaniem polej przygotowanym syropem i udekoruj owocami.

**Morska bryza na talerzu, czyli rybne kąski**

Ryby, ach ryby! Czym byłaby kuchnia bez was? No właśnie – do ryb przekonujemy się coraz bardziej, a morskie kąski coraz częściej goszczą na naszych stołach. Zazwyczaj podajemy je na ciepło, ale w wersji na zimno będą równie smaczne.

Przygotowując rybne przysmaki w domowych warunkach, warto postawić na sprawdzone i smaczne rozwiązania, np. fantazyjne kanapeczki z makrelą. Będzie prosto i smacznie! Kromka chleba w połączeniu z kawałkiem wędzonej ryby stworzy wersję kanapki, którą zajadać będą się i mali, i duzi.

**Kanapka z makrelą**

Składniki:

* 2 bułeczki z dynią
* Delma Maślany smak 80% tłuszczu
* 1 mała makrela wędzona
* 4 ogórki konserwowe lub kiszone
* duża garść sałaty
* 2 czerwone cebulki
* koperek

Przygotowanie:

1. Makrelę obierz z ości i skóry, podziel na kawałki.
2. Ogórki pokrój na podłużne plastry. Cebulę obierz i pokrój w cienkie krążki.
3. Bułki przekrój na połówki i posmaruj Delmą Maślany smak.
4. Na każdej połówce połóż kilka listków sałaty, a na niej najpierw plastry ogórka, a następnie kawałki ryby. Całość udekoruj krążkami cebuli i gałązkami koperku.

**Serce na talerzu**

A może śniadanie przygotowane od serca? Ach, któż nie chciałby dostać takiego od ukochanej osoby! Od serca i w kształcie serca – takie danie smakuje najlepiej. Każda specjalna okazja wymaga równie wyjątkowej oprawy. Tosty z jajkiem w fantazyjnej kompozycji z pewnością spełniają te wymagania!

Śniadanie w takiej formie zadowoli niejednego łasucha. Wytrawne grzanki zaspokoją głód i nacieszą oko swoim niebanalnym wyglądem.

**Tost od serca**

Składniki:

* 2 kromki chleba tostowego
* 2 małe jajka
* Delma Maślany Smak 80% tłuszczu
* ½ łyżeczki suszonych ziół (bazylia, oregano)
* sól, pieprz

Dodatkowo:

* małe pomidorki
* szczypior z dymki

Przygotowanie:

1. W kromkach chleba wytnij foremką serce. Pieczywo posmaruj Delmą i oprósz ziołami.
2. Patelnię rozgrzej, połóż na niej pieczywo posmarowaną stroną do spodu.
3. Gdy chleb się zarumieni odwróć kromki na drugą stronę i wbij w miejsce wyciętych serc jajka. Oprósz solą i smaż, aż jajka lekko się zetną.
4. Podawaj z dodatkiem pomidorów i szczypiorku.

Zaczynajmy dzień ulubionym posiłkiem, urozmaicajmy przepisy i serwujmy sobie oraz bliskim pełnowartościowe śniadania. W zależności od upodobań – na słodko lub wytrawnie.

**Kontakt prasowy:**

Klaudia Kuźma Joanna Szałasz

account executive specjalista public relations

e-mail: klaudia.kuzma@yellowcups.pl e-mail: joanna@yellowcups.pl

tel.: +48 537 263 452 tel.: +48 536 410 824