



Herzhafter Frühstücksauflauf mit Bagels & Tomaten



Zutaten

Für den Auflauf:

250 g	Schwarzer Pfeffer, frisch gemahlen
200 g	Kirschtomaten
100 g	Frischkäse
200 ml	Bacon
200 g	Sahne
4	Bergkäse, am Stück
8	Bagels
	Salz
	Eier

Für das Topping:

1 Spritzer	Zitrone
	Schwarzer Pfeffer, frisch gemahlen
100 g	Kirschtomaten
1 EL	Olivenöl
	Salz
250 g	Rucola
2 EL	Sonnenblumenkerne

Rezeptinfo

Zutaten für 4 Portionen

Zubereitungszeit: 20 Min. + 45 Min. Backzeit

pro Portion: 4766 kJ, 1139 kcal, 69,8 g Kohlenhydrate, 55,0 g Eiweiß, 72,2 g Fett, 594 mg Cholesterin, 2,43 g Ballaststoffe

Schwierigkeitsgrad: Kosten: € €

Zubereitung

Du suchst nach einem coolen Rezept für deinen nächsten Brunch? Dann musst du unseren herzhaften Bagel-Auflauf ausprobieren! In unseren Bagel-Auflauf kommen neben kleingeschnitten Bagels noch Bacon, Tomaten, Bergkäse und Frischkäse. Ein frisches Topping darf bei dem Auflauf natürlich auch nicht fehlen, deshalb wir uns für ein leckeres Topping aus Rucola, frischen Tomaten, Zitronensaft und Sonnenblumenkernen entschieden. Du solltest unseren leckeren Bagel-Auflauf für deinen nächsten Brunch oder ausgiebiges Frühstück unbedingt auch einmal probieren! Der Auflauf ist nicht nur richtig lecker, sondern auch super einfach zubereitet! So einfach geht's:

Step 1:

Zuerst fettest du eine große Auflaufform ein. Dann schneidest du die Bagels und den Bacon in grobe Würfel und gibst die Hälfte der Bagel-Würfel in die Auflaufform. Nun streust du die Hälfte des Bacons darauf. Dann reibst du den Bergkäse, gibst einen Teil davon in die Auflaufform und gibst ein paar Kleckse von dem Frischkäse dazu. Als nächstes wiederholst du den Vorgang mit einer weiteren Schicht Bagel-Würfel, Bacon, Käse und Frischkäse. Zum Schluss gibst du noch halbierte Kirschtomaten darauf.

Step 2:

Dann verrührst du Eier, Sahne, Salz und Pfeffer in einer Schüssel und schlägst alles auf. Jetzt gießt du die Eiermasse in die Auflaufform, so dass alles schön bedeckt ist. Während der Auflauf eine kurze Zeit durchzieht, kannst du den Ofen auf 180°C vorheizen und das Salat-Topping vorbereiten. Dazu den Rucola waschen, trocknen und die restlichen Tomaten halbieren. Dann röstest du die Sonnenblumenkerne in einer Pfanne.

Step 3:

Jetzt bedeckst du den Auflauf mit Alufolie und stellst ihn für 40 Minuten in den heißen Ofen. Kurz vor Ende der Backzeit, nimmst du die Alufolie ab und stellst den Ofen auf die Grill-Funktion ein und lässt den Auflauf noch 5 Minuten leicht braun werden.

Step 4:

Bevor du den Auflauf anschneidest, lässt du ihn kurz abkühlen. Jetzt kannst du ein Stück Auflauf mit einem Nest Rucola, ein paar Tomaten, einem Spritzer Öl und Zitronensaft servieren. Mit frischem Pfeffer, grobem Salz und Sonnenblumenkernen garnieren.