



# RESTEVERWERTUNG MIT BROT

## ARME RITTER

6 Scheiben Brot vom Vortag,  
möglichst hell,  
1 Tasse Milch oder eine  
pflanzliche Alternative,  
1 Ei (für eine vegane Variante 6 EL  
Mehl und 3 EL Stärke oder eine  
zerdrückte Banane),  
1 Prise Salz,  
2 EL Zucker,  
1 TL Zimt,  
Öl zum Braten

Verquirl die Milch mit dem Ei (oder dem Mehl und der Stärke bzw. der zerdrückten Banane) und dem Salz und stelle es für ein paar Minuten in den Kühlschrank. Rühre die Flüssigkeit danach nochmals. Tunke die Scheiben Brot nach und nach von beiden Seiten in die Flüssigkeit. Achtung - nicht darin liegenlassen, da das Brot sonst matschig wird.

Erhitze in einer Pfanne etwas Öl und brate die Brotscheiben von beiden Seiten solange, bis sie goldbraun sind. Nun kannst du die armen Ritter auf Teller verteilen und mit Zimt und Zucker bestreuen. Du kannst deine armen Ritter gerne auch noch nach Belieben mit Früchten, Nüssen oder Obstkompott garnieren, wenn du magst.

Guten Appetit!