

Süßer Klassiker: Arme Ritter alias French Toast

VORBEREITEN

10
Min.

ZUBEREITEN

10
Min.

NIVEAU



Zutaten für 8 Arme Ritter

8 Toastscheiben
4 Eier
90 ml Milch
90 ml Sahne
3 Esslöffel Zucker
2 Teelöffel Zimt
1 Teelöffel Vanilleextrakt
1 Prise(n) Salz
Butter oder Butterschmalz
Zimtzucker, Puderzucker oder Ahornsirup nach
Geschmack

Innen saftig und weich, außen knusprig in Butter ausgebacken und – für mich – mit einer extra Portion süßem Zimtzucker bestreut – so kenne und liebe ich es: French Toast.

Du kennst sie vielleicht auch als „Arme Ritter“, „Semmelschnitten“, „gebackene Wecken“ oder „Bavesen“. In Russland genießt man man die leckeren, süßen Schnitten als „Grenki“ und die Holländer lieben ihre „Wentelteeffe“. Aber egal unter welchem Namen, lecker sind sie alle.

Und auch die Zubereitung ist immer ähnlich: Weißbrotscheiben – oft auch schon ein paar Tage alt – baden in einer Mischung aus Sahne, Milch, Zucker, Ei und Vanille, dürfen sich dort so richtig vollsaugen, um anschließend in der Pfanne einen knusprig-goldenen Mantel zu bekommen. Anschließend kannst du sie, ganz nach deinem Geschmack, in Zimtzucker wälzen, mit Puderzucker bestäuben oder – ganz amerikanisch – mit Ahornsirup genießen. Schlemmerei pur!

Damals noch ein Notessen, das gegessen wurde, als die Menschen nicht viel mehr hatten, als altbackenes Brot und Ei, sind die Armen Ritter heute, gerade wegen ihrer Einfachheit so beliebt und ein echter Gaumenschmaus. Es braucht nicht viel, die Grundzutaten sind günstig und das meiste hast du häufig zu Hause. Auch wenn du gerade erst dabei bist, deine Kochkünste zu entdecken - hier kann wenig schief gehen.

Simpel und umwerfend lecker!

So machst du dein süßes French Toast:

- 1 -

Ofen auf 150 °C vorheizen.

- 2 -

Brotscheiben nebeneinander auf dem Ofenrost auslegen und im Ofen backen. Nach 5 Minuten wenden und erneut 5 Minuten backen lassen. Aus dem Ofen nehmen, auskühlen lassen.

- 3 -

Eier, Milch, Sahne, Zucker, Zimt, Vanille und Salz mit einem Schneebesen verquirlen. Ei-Mischung in eine eckige Auflaufform gießen.

- 4 -

Süßer Klassiker: Arme Ritter alias French Toast

1-2 Brotscheiben in die Eiermilch legen und von beiden Seiten ca 30 Sekunden ziehen lassen. Brotscheiben bei mittlerer Hitze mit Butter in der Pfanne goldbraun ausbacken. Dabei immer wieder wenden.

- 5 -

Scheiben diagonal teilen und sofort mit Zimtzucker oder Puderzucker bestreuen. Wahlweise mit etwas Ahornsirup garnieren. Direkt nach dem Braten heiß servieren.

Ritter 2.0: Ganz verrückt wird es wenn du aus den „armen“, „reiche Ritter“ machst. Was ich damit meine? Deine Ritter werden gefüllt. Jaaa ... wenn du die klassische Variante auf das nächste Genuss-Level bringen willst, fülle zwei getränkte Brotscheiben mit deinen Lieblingszutaten: Klassisch mit Pflaumenmus oder nach meiner Empfehlung mit Nuss-Nougat-Creme und Erdbeeren- oder Bananenscheiben. Brotscheiben übereinander legen, danach gründlich in Paniermehl wälzen und genau wie die traditionellen Ritter in Fett ausbacken. Diesen Genuss kann ich mit Worten nicht beschreiben, dass musst du einfach selber probieren.