



French Toast

Zutaten

- 3 Ei(er)
- 50 g Zucker
- 1 TL Zimt
- 100 ml Milch
- 8 Slightly leveled tablespoons Toastbrot
- 15 g Butter
- 100 g Bananen
- 50 g Walnusskerne
- 4 TL Ahornsirup

Zubereitung

1. In einem flachen Gefäß oder einer Auflaufform die Eier mit Zucker, Zimt und Milch gut verquirlen.
2. Toastbrotsciben nach und nach so lange in die Eiermilch legen, bis sie sich vollständig damit vollgesogen haben.
3. In einer Pfanne Butter heiß werden lassen. Die Toastscheiben darin von beiden Seiten ca. 4-5 Min. goldbraun braten.
4. Banane schälen und in Scheiben schneiden. Jeweils zwei gebratene Toastscheiben auf einen Teller legen.
5. Mit den Bananenscheiben, Walnuskernen und Ahornsirup anrichten und genießen!

Nährwert-Anzeige

Kohlenhydrate	59 g
Energie	455 kcal
Fett	19 g
Protein	13 g

🕒 15 Minuten

⊕ 4 Portionen