



Arme Ritter (vegan)

Für 4 Portionen

Zutaten

- 1 Banane
- 200 ml Haferdrink
- 1 EL Vanillezucker
- 8 Scheiben Weißbrot
(oder in Scheiben
geschnittene Frühstücks-
brötchen oder süße
Brötchen, z. B. Rosinen-
oder Schokobrötchen)
- 1 Prise Zimt
- Bratöl

Zubereitung

1. Die Banane mit Haferdrink, Zimt und Vanillezucker pürieren.
2. Die Brote Scheiben nacheinander in die Mischung legen und wenden.
3. Öl in der Pfanne erhitzen und die Brote Scheiben darin von beiden Seiten goldbraun anbraten.
4. Dazu passt frisches Obst oder ein Apfelkompott mit Zimt.

Tipp: Je reifer die Banane ist, desto süßer schmeckt sie. Bei sehr reifen Bananen kannst du den Zucker reduzieren oder ganz weglassen.