



Arme Ritter mit Holunder-Birnen

Rezept von V-ZUG AG



Zubereitung	15 Min.
Garzeit	20 Min.
Portionen	4

Pofesen, Arme Ritter, French Toasts, Pain perdu – fast jedes Land kennt dieses Gericht, als Reste-Verwerte-Rezept, um altbackenem Brot neues Leben einzuhauchen. Das trockene Brot saugt die Flüssigkeit aus Ei und Milch auf und wird im Inneren saftig-zart und außen leicht knusprig.

Holunder-Birnen

- 2 EL Butter
- 500 g feste Birnen, geschält, in Spalten
- 4 EL Holundergelée
- 1 EL Wasser
- 1 Sternanis
- 1 Steckdose Zimt

Arme Ritter

- 300 ml Milch
- 2 Eier
- 2 Prise Salz
- 400 g Brot vom Vortag, in Scheiben
- 2 EL Bratbutter
- 80 g Zucker
- 2 TL Zimt

Holunder-Birnen





Butter in einer Pfanne bei mittlerer Hitze (Stufe 5–6) erwärmen. Birnen begeben, kurz andämpfen. Holundergelée, Wasser, Sternanis und Zimt begeben, zugedeckt bei schwacher Hitze (Stufe 3–4) ca. 10 Minuten dämpfen. Deckel entfernen, Flüssigkeit bei mittlerer Hitze (Stufe 5–6) etwas einköcheln lassen. Birnen zugedeckt beiseite stellen.

Arme Ritter

Milch, Eier und Salz in einer weiten Form verrühren. Brotscheiben portionenweise begeben, ca. 3 Minuten ziehen lassen, wenden, nochmals ca. 3 Minuten ziehen lassen. Etwas Bratbutter in einer beschichteten Bratpfanne bei mittlerer bis hoher Hitze (Stufe 6–7) erhitzen. Brotscheiben portionenweise beidseitig je ca. 3 Minuten goldbraun braten. Zucker und Zimt auf einem flachen Teller mischen, Fotzelschnitten noch heiß im Zimt-Zucker wenden, mit den Holunder-Birnen servieren.

Tipps

Statt Holunder-Birnen saisonales Fruchtkompott oder Konfitüre dazu servieren.

Die Flüssigkeit zum Einlegen kann frei aromatisiert werden, z.B. mit Orangenschale, Zimt, Vanille, Lebkuchengewürz oder auch Pfeffer.

Arme Ritter können auch herzhaft zubereitet werden: Statt sie in Zimt-Zucker zu wenden, fein geriebenen Käse darüberstreuen und mit einem Salat servieren.

Zubehör

Beschichtete Bratpfanne (28 cm Ø)

Pfanne mit Deckel (16 cm Ø)

Zusätzliche Informationen

Erstellt am

07.04.2026