



## Arme Ritter mit Speck

dazu gebratene Äpfel und Feldsalat



20-30min



2 Personen

Schon die Gebrüder Grimm haben das Gericht erwähnt, aber auch im römischen Reich war das in Eiercreme gewendete und ausgebackene Brot beliebt. Ein echter Klassiker, der droht, in Vergessenheit zu geraten. Nicht mit uns! Für die köstliche Variante, die sich unser Koch Matthias ausgedacht hat, bereitest du zusätzlich noch knusprige Baconscheiben, gebratene Apfelspalten und einen delikaten Feldsalat mit cremigem Dressing zu.

## Was du von uns bekommst

- 1 Baguettebrötchen<sup>1</sup>
- 1 unbehandelte Zitrone
- 2 Bio-Eier<sup>3</sup>
- 1 Becher Crème fraîche<sup>7</sup>
- 1 Packung Baconscheiben
- 1 Packung Feldsalat
- 1 Apfel
- 1 Päckchen Ahornsirup

## Was du zu Hause benötigst

- 2EL Butter<sup>7</sup>
- Olivenöl
- Salz und schwarzer Pfeffer
- Zucker

## Küchenutensilien

- Backofen und Auflaufform
- Backblech und Backpapier
- kleine Pfanne
- große Pfanne
- Schneebesen
- Küchenreibe
- Zitronenpresse

Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

## Allergene

Gluten (1), Eier (3), Milch (7). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

## Nährwertangaben pro Portion

Energie 764kcal, Fett 51.0g, Kohlenhydrate 54.4g, Eiweiß 23.4g



**1. Brötchen schneiden**

Den Backofen auf 200°C (180°C Umluft) vorheizen. Das **Brötchen** in ca. 2cm dünne Scheiben schneiden.



**2. Brötchen einweichen**

Die **Zitronenschale** abreiben, dann die **Zitrone** halbieren und auspressen. Die **Eier** mit einem Schneebesen verquirlen. Ca. **2/3** der **Crème fraîche** unterrühren und die **Eiercreme** mit Salz und Pfeffer sowie etwas **Zitronenschale** würzen. Ggf. etwas Wasser hinzugeben. Die **Eiercreme** in eine Auflaufform geben, die **Brötchenscheiben** darin wenden und ca. 10Min. einweichen.



**3. Speck backen**

Den **Speck** auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech verteilen und 12-15Min. im Ofen kross backen.



**4. Dressing anrühren**

Die **restliche Crème fraîche** mit 1EL Olivenöl, **1EL Zitronensaft** sowie je 1 Prise Salz und Zucker zu einem **Dressing** verrühren. **Tipp:** Wer mag, kann mehr **Zitronensaft** und Zucker verwenden. Das **Dressing** kurz vor dem Servieren mit dem **Salat** vermengen.



**5. Äpfel braten**

Den **Apfel** vierteln, vom Kerngehäuse befreien und in ca. 1cm breite Spalten schneiden. Die **Apfelscheiben** in einer kleinen Pfanne mit 1EL Butter bei mittlerer Hitze 2-3Min. anbraten. Dann den **Ahornsirup** und nach Geschmack noch etwas **Zitronenschale** dazugeben.



**6. Arme Ritter ausbacken**

Die **Brötchenscheiben** in einer großen Pfanne mit 1EL Butter bei mittlerer Hitze auf beiden Seiten ca. 2Min. goldgelb ausbacken. Die **Armen Ritter** mit den **Äpfeln**, dem **Speck** und dem **Salat** anrichten und servieren.