



1A+1B

Vegetarisch

## Arme Ritter mit Marmelade und Zimt



Zubereitungszeit  
20 minuten



Portionen  
Voor 1 persoon

### Zubereitungsart

- 1 Das Ei in einer tiefen Schüssel aufschlagen. Den Zimt hinzufügen und gut umrühren. Die Brotscheiben nacheinander durch die Ei-Zimt-Mischung wenden. Die Butter in einer Pfanne erhitzen und die Scheiben rundherum braun braten. Mit der Erdbeermarmelade bestreichen und nach Belieben noch mit etwas extra Zimt bestreuen.

### Zutaten

- ☐ 1 Beutel PS. food & lifestyle witbrood
- ☐ 3 TL PS. food & lifestyle aardbeienjam
- ☐ 1 Ei
- ☐ 1 TL Butter
- ☐ ½ TL Zimt

### Nährwerte pro Person

|               |          |
|---------------|----------|
| Energie       | 318 kcal |
| Kohlenhydrate | 6 g      |
| Fett          | 17 g     |
| Eiweiß        | 21 g     |