

Antonina Müller
Pikante Arme Ritter mit Feigen

Donnerstag, 11. Juli 2024
Rezept für 4 Personen

Dauer: 45 Minuten
Schwierigkeitsgrad: leicht

Zutaten:

50 g	Zucker
200 ml	Rotwein
1	Zimtstange
1	Sternanis
4	frische Feigen
80 g	Manchego (spanischer Hartkäse)
3	Eier
150 g	Sahne
etwas	Salz
etwas	Cayennepfeffer
150 g	Ciabatta
2 Zweige	Thymian
etwas	Olivenöl zum Anbraten

Zubereitung:

1. Für die Feigen den Zucker in einen Topf geben und hellgelb karamellisieren, dann mit Rotwein ablöschen. Zimtstange und Sternanis zugeben und die Flüssigkeit einige Minuten sirupartig einkochen lassen.
2. In der Zwischenzeit die Feigen abwaschen, vorsichtig trocken tupfen und in Achtel schneiden.
3. Die Feigenspalten in den Sud geben, den Topf vom Herd ziehen. Zimtstange und Sternanis entfernen.
4. Den Käse fein reiben.
5. Die Eier in einer flachen Schüssel verquirlen. Sahne und geriebenen Käse untermischen und mit Salz und Cayennepfeffer würzen.
6. Das Brot in Scheiben schneiden.
7. Thymian abbrausen und trocken schütteln.
8. In einer Pfanne Olivenöl erhitzen, die Thymianzweige zugeben, die Brotscheiben in der Eier-Tunke wenden und dann in der Pfanne von beiden Seiten goldbraun braten.
9. Dann Brotscheiben aus der Pfanne nehmen und auf Küchenpapier kurz abtropfen.
10. Die gebratenen Brotscheiben und Feigen anrichten und servieren.

Pro Portion: 535 kcal/ 2240 kJ
47 g Kohlenhydrate, 16 g Eiweiß, 28 g Fett