

# Arme Ritter mit Kumquats-Kompott

Arme Ritter sind ein einfaches Dessert, das man aber auch als Vorspeise essen kann.

Sie sind sehr schnell zubereitet.

Am einfachsten bereitet man eine Eiermilch zu, wie man sie auch beim Pfannkuchen verwendet, nur lässt man eben das Mehl weg.

Das Rezept stammt aus dem 30-jährigen Krieg, in dem dieses Gericht als Notessen zubereitet wurde und auch der verarmte Adel sich damit zufrieden geben musste. Es wurden einfach Eier über alten Brötchen aufgeschlagen und diese dann in Fett gebacken.

Heutzutage verwendet man für Arme Ritter eine leckere Eiermilch.

Ich bereite diese Arme Ritter mit einem leckeren Kompott aus frischen Kumquats zu. Ich schneide diese klein, brate sie kurz in Butter an, gare sie dann in Weißwein und süße mit etwas Zucker.

Das Kompott ist extrem lecker und passt sehr gut zu den Armen Rittern.

Dieses einfache Gericht Arme Ritter erfreut sich übrigens internationaler Beliebtheit. In Amerika nennt es sich French Toast, in Russland heißt es Grenki. Die Zubereitung in den verschiedenen Ländern variiert allerdings. In Portugal gibt man zu Rabanadas auch Portwein hinzu und in Ungarn werden arme Ritter, die hier Bundáskenyér heißen, salzig zubereitet.

*Mein Rat:* Statt ToastbrotscHEiben eignen sich auch Weißbrot oder Brötchen – sowohl frisch als auch altbacken.

[amd-zlrecipe-recipe:1057]

---

## **Pudding mit Physalis und Honig**

Wieder einmal ein frischer, selbst zubereiteter Pudding, der einfach hervorragend schmeckt.

Dazu als Obst-Kompott frische, geschälte und kleingeschnittene Physalis.

Mit etwas Honig angerichtet.

[amd-zlrecipe-recipe:927]

---

## **Süße Reis-Pfannkuchen mit Mango-Kompott**

Nach der süßen Pasta und der süßen Pizza nun das dritte Gericht, das süß zubereitet wird.

Dieses Mal Pfannkuchen mit Milchreis.

Dazu frisches Mango-Kompott, zu dem ich den Mango erst etwas karamelisiere, dann in Cognac flambiere und etwas dünste.

Die Zubereitung nach Anleitung auf der Tüte des Milchreises habe ich verworfen. Bei der Menge an Pfannkuchen-Teig mit viel Milch würde der Teig in der Pfanne nur mit einigen Eigelbe sicherlich nicht stocken. Ich habe stattdessen mehr Eier und auch die ganzen Eier verwendet.

Die Pfannkuchen schmecken natürlich schön süß und munden wirklich gut. Der Puderzucker rundet das Gericht noch etwas ab.

Das Mango-Kompott ist leider nicht so schön orangefarben geworden, wie man eine Mango normalerweise kennt. Denn die verwendeten Mangos waren leider schon ein wenig überreif.

Verwenden Sie zum Backen der Pfannkuchen Rapsöl. Es lässt sich höher erhitzen. Olivenöl würde zu leicht verbrennen.

Aber alles in allem ein schön rundes Gericht.

[amd-zlrecipe-recipe:884]

---

## **Schokoladen-Pudding mit Ananas-Kompott**

Schokolade und Ananas passen geschmacklich gut zusammen.

Also habe ich zu diesem Schokoladen-Pudding, ein industriell gefertigtes Produkt, ein leckeres Ananas-Kompott zubereitet.

Ich schneide die halbe Ananas in kleine Würfel, gebe sie mir etwas Zucker in eine Schüssel und lasse sie über Nacht im Kühlschrank etwas Flüssigkeit ziehen. Dann wird sie mit dem

Pürierstab fein püriert, aber nicht zu fein, damit noch kleine Ananas-Stückchen im Kompott vorhanden sind.

Mit dieser Beigabe zum Pudding kann man also auch aus einem Convenience-Produkt etwas sehr leckeres zubereiten.

[amd-zlrecipe-recipe:800]