

LE PAIN PERDU

Voilà une recette extrêmement facile à faire et économique qui vous permettra de ne pas jeter le pain rassis. Les enfants comme les adultes en raffolent.

- Préparation : 15 min.
- Cuisson : 10 min.
- Ingrédients pour 3 personnes:
 - 6 tranches de pain rassis
 - 30 cl de lait
 - 2 œufs
 - 50 grammes de sucre semoule ou de sucre glace
 - 2 cuillères à café de sucre vanillé
 - 1 cuillère à café de cannelle ou de fleur d'oranger
 - 50 grammes de beurre ou de l'huile (pour la poêle)

Préparation :

Mélangez les œufs, le lait et le sucre vanillé avec le fouet.

Trempez-y les tranches de pain. Égouttez-les légèrement.

Faites dorer les tranches de pain dans une poêle préalablement beurrée ou huilée selon vos préférences. Lorsqu'elles sont bien dorées, retirez-les et saupoudrez-les de sucre.

Conseils : Les variantes sont nombreuses :

- On peut remplacer le pain par du pain de mie.
- À la place de la cannelle, vous pouvez ajouter de la fleur d'oranger au mélange.
- Il est également possible de parfumer le mélange avec un peu de rhum brun (pour les adultes uniquement !).

LE PAIN PERDU

Ecco una ricetta estremamente facile ed economica da preparare che vi consentirà di non sprecare il pane raffermo. Sia i bambini che gli adulti ne vanno matti.

- Preparazione : 15 min.
- Cottura : 10 min.
- Ingredienti per 3 persone :
 - 6 fette di pane raffermo
 - 30 cl di latte
 - 2 uova
 - 50 g. di zucchero semolato o di zucchero a velo
 - 2 cucchiaini da caffè zucchero vanigliato
 - 1 cucchiaino da caffè di cannella o di fiori d'arancio
 - 50 g. di burro o olio (per la padella)

Preparazione :

Mescolate le uova, il latte e lo zucchero vanigliato con la frusta. Inzuppatevi le fette di pane. Fatele colare leggermente. Fate dorare le fette di pane in una padella precedentemente oleata o imburata secondo le vostre preferenze. Quando saranno ben dorate, toglietele dal fuoco e spolveratele di zucchero.

Consigli : esistono molte varianti.

- È possibile sostituire il pane con il *pan carré*.
- In sostituzione della cannella, si può aggiungere dell'essenza di fiori d'arancio al composto.
- E anche possibile profumare l'impasto con un poco di rum scuro (solo per gli adulti !).

A cura di Frédéric Taboin