

Veganer Halloween-French-Toast mit Peanutbutter und Jelly







Zubereitungszeit 20min



Zutaten

für 4 Portionen

Haferdrink 300 m		ml	
Vemondo veganes Ei-	Ersatz	3	EL
Zucker		1	EL
Sandwich Toast	8 Sch	eib	en
Erdnussbutter		4	EL
Sauerkirschkonfitüre		4	EL
Margarine, vegan		2	EL
Puderzucker		2	EL

Zubereitung

- 1. In einer Schüssel Haferdrink, Vemondo Ei-Ersatz und Zucker verrühren.
- 2. 4 Toastscheiben mit jeweils 1 EL Erdnussbutter und Sauerkirschkonfitüre bestreichen. Mit den restlichen Toastscheiben zuklappen und Sandwiches in der Haferdrink-Mischung mehrmals wenden.
- 3. In einer Pfanne Margarine auf mittlerer Stufe schmelzen und French Toasts darin auf jeder Seite ca. 3 Min. goldbraun anbraten.
- 4. Peanutbutter & Delly French Toasts auf Tellern anrichten, leicht anpressen, sodass die Konfitüre an den Seiten herausläuft, und mit Puderzucker bestreut servieren.

Viel Freude beim Genießen!

Tipp: Für den Halloween-Effekt vor dem Bestreuen mit Puderzucker eine Schablone im Halloween-Motiv auf den French Toast legen.

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	232 kcal
Kohlenhydrate	25 g
Eiweiß	5 g
Ballaststoffe	2 g
Fette	12 g