

Arme riddere (AKS varianten)

Alle elsker armere riddere!

De beste arme ridderne jeg har smakt fikk jeg servert som brunsj (Thief foodbar), de var så gode og smeltet i munnen. Dem opplevelsen ga meg inspirasjonen til å prøve å lage det med barna på aks. Det var en suksess og barna syntes at det var godt.

Det som er så fint med arme riddere er at de kan spises til frokost og til dessert. Du kan gjøre de sunnere eller søtere og det beste er at det ikke er tidskrevende. Få med barna og test ut denne oppskriften.

P.s.: denne oppskriften er testet og godkjent av de små masterchefene på aks (alt som er satt i parentes er valgfritt.) 😊

Denne oppskriften er til omtrent fem arme riddere

Dere trenger:

2 eller 3 stk	egg
2 dl	Melk (Kan erstattes med laktosefri melk, havremelk eller mandelmelk)
2 ss	Sukker (Gjør det sunnere med brunt sukker eller honning!) P.s.: Hvis dette skal være dessert er det lov til å snike inn en ekstra skje med sukker.
½ ts	Kardemomme (valgfritt)
½ ts	Kanel
En klype	salt
6 skiver	Brød (anbefaler grovt brød til frokostvarianten og brioche brød til dessert)
Topping	Hvis du skal spise arme ridderne til frokost kan du bruke blåbær, jordbærsyltetøy eller ingenting. Men hvis du skal være ekstra og kanskje vil ha det som dessert, anbefaler jeg følgende ingredienser; honning/ lønnesirup, legg på friske bær og kanskje en dash med pecannøtter (Nøttene er hvis du skal være ekstra.) De fleste barn liker arme riddere med nutella og is, enkelt og så digg.
Smør	Til steking (kan erstattes med laktosefri smør)
1 ts	Vanilje essens/ vaniljesukker

Bland alle ingrediensene sammen og visp dem godt. Vend brødet i røren til det er godt gjennomtrukket i væsken (åtte sekunder på hver side.) Stek på medium varme og topp med valgfri tilbehør.



Arme ridderen ovenfor er lagd av master chefene på aks!

Bon appetit 😊