



Pain perdu

Ingrédients

- 25 cl de lait
- 3 œufs
- 40g de sucre de canne
- 8 tranches de pain rassis (pain de mie, brioché, baguette, etc.)

VOUS AUREZ BESOIN DE :

- 1 saladier ou assiette creuse
- 1 fouet ou une fourchette
- 1 verre doseur
- 1 poêle

Méthode

- 1 Fouetter les œufs avec le sucre et le lait dans un grand bol jusqu'à ce que le mélange soit homogène.
- 2 Tremper les tranches de pain une par une dans le mélange œuf/sucre/lait. Si le pain est vraiment sec, laisser les tranches s'imbibent pendant une dizaine de minutes.
- 3 Faire fondre une noix de beurre dans une poêle et y faire dorer les tranches de pain imbibées de chaque côté.
- 4 Il ne vous reste plus qu'à les déguster !



ASTUCE DU CHEF : Le pain perdu s'agrémente facilement selon les goûts. À La Tablée des Chefs, on l'aime saupoudré de cannelle ou de sucre glace mais surtout agrémenté de fruits frais de saison. Il fonctionne également en versions salées.

INFO SANTÉ : Le pain perdu est une recette riche (lait, œufs, sucre). Vous pouvez ainsi utiliser du lait demi-écrémé pour limiter les quantités d'acides gras saturés et réduire la quantité de sucre dans l'appareil dans lequel tremper le pain.