

# Köyhät ritarit hedelmien ja hunajan kera

Stevia  
Sweet



10 min. 213 kcal SteviaSweet Honey

## Valmistus

Vatkaa kananunan rakenne rikki. Lisää maito, jauhettu vanilja ja SteviaSweet HoneySweet. Kasta leipäviipaleet munamaidossa. Ruskista voi pannulla vaaleanruskeaksi. Paista leipäviipaleet kauniin ruskeiksi kummaltakin puolelta ja tarjoile kuumina hedelmien ja SteviaSweet Honey Sweet kanssa.

## Ainekset 4 annosta

1	kanamuna
1 dl	maitoa
1/4 tl	jauhettua vaniljaa
1 rkl	SteviaSweet Honey
4	viipaletta vaaleaa leipää
2 rkl	voita

## Servera med

1	kiivi
100 g	cantaloupemelonia
50 g	mustikoita
1 rkl	SteviaSweet Honey

## Ravintoarvot per annos

213	kcal
895	kJ
6,5	g Proteiinia
31	g Hiilihydraatit
7	g Rasvaa