

PAIN PERDU CLASSIQUE



On trouve déjà une recette dans un livre romain du 1er siècle après J.-C. : le "pan dulcis". Les Romains trempaient du pain rassis dans un mélange de lait et d'œufs, puis le faisaient frire dans de l'huile ou du beurre. Au Moyen Âge, en France, les gens ne jetaient rien, surtout pas le pain, précieux et sacré. Pour utiliser le pain rassis, on le trempait dans du lait et des œufs, puis on le dorait à la poêle ? "pain perdu", car c'était du pain « perdu » qu'on récupérait.

Infos

- **Temps de préparation:** 5 mins
 - **Temps de cuisson:** 5 mins
 - **Portions:** 4
-

Ingredients

- 4 gros œufs
 - 1 tasse de lait (entier ou 2%)
 - 1 pincée de sel
 - 1 cuillère à café de sucre, facultatif
 - 2 cuillères à soupe de beurre, pour la poêle
 - 8 à 10 tranches de pain, de préférence du pain rassis ou du pain de la veille
-

Préparation

Etape 1

Casser 4 gros œufs dans un bol large et peu profond ou dans une assiette à tarte et les battre légèrement à l'aide d'une fourchette ou d'un fouet.

Etape 2

Incorporer 1 tasse de lait (entier ou 2 %), 1 pincée de sel et 1 cuillère à café de sucre (facultatif) aux œufs battus.

Etape 3

Enduire une poêle ou une plaque de cuisson de 2 cuillères à soupe de beurre. Placer la poêle sur un feu moyennement doux.

Etape 4

Placer les tranches de pain, une par une, dans le bol ou l'assiette. Laissez le pain absorber le mélange d'œufs pendant quelques secondes, puis retournez-le délicatement pour enduire l'autre côté. N'enduissez que le nombre de tranches que vous ferez cuire à la fois pour éviter que le pain perdu ne soit détrempé.

Etape 5

Transférer les tranches de pain enduites d'œuf sur la poêle ou la plaque chauffante. Chauffer lentement jusqu'à ce que le dessous soit doré. Retourner et faire dorer l'autre côté. Le temps de cuisson exact dépendra de l'épaisseur de votre pain, mais cela ne devrait pas prendre plus de quelques minutes par côté.

Etape 6

Servir le pain perdu chaud avec du beurre et du sirop, ou les garnitures de votre choix. À savourer.