

Συμβουλές για αβγά σφιχτά & εύκολα στο καθάρισμα

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



βράζουμε σωστά το αυγό

Ούτε πολύ σφιχτό, ούτε πολύ μελάτο

Χρήσιμες συμβουλές για να μην σου πει κανείς ποτέ πως δεν ξέρεις να βράζεις ούτε αβγό!

Από τη Δήμητρα Γκούντρα

όσο δύσκολο μπορεί να είναι να βράσεις ένα αβγό; Αν κάθε φορά που το προσπαθείς στηρίζεσαι στην τύχη, μάθε πώς γίνεται το σωστό βράσιμο για αβγά σφιχτά, κι εύκολα στο καθάρισμα!

Βήμα 1ο

Απαραίτητη η προετοιμασία

Το πρώτο πράγμα που έχεις να κάνεις είναι να βγάλεις το αβγό από το ψυγείο και να το αφήσεις για λιγάκι σε θερμοκρασία δωματίου. Εάν το βάλεις κατευθείαν μέσα σε ζεστό νερό θα καταλήξεις με ένα σπασμένο ή στην καλύτερη ραγισμένο αβγουλάκι.

Βήμα 2ο

Ξέρεις πόσο χρόνο να το αφήσεις να βράζει;

Τα λεπτά έχουν σημασία για το αποτέλεσμα που θέλεις να πετύχεις. Αν δεν έχεις χρονόμετρο κουζίνας, μπορείς να χρησιμοποιήσεις κάποιο ρολόι ή ακόμη καλύτερα το κινητό σου. Στα περισσότερα κινητά θα βρεις εφαρμογές με χρονόμετρο ή εναλλακτικά για να μη ξεχαστείς μπορείς να ρυθμίσεις το ξυπνητήρι ή κάποια υπενθύμιση. Ένα καλά βρασμένο αβγό, για να είναι σφιχτό πρέπει να έχει βράσει τουλάχιστον 7 λεπτά! Άφησε το λιγάκι παραπάνω λοιπόν για να είσαι σίγουρη.

Βήμα 3ο

Το μέγεθος του μπρικιού έχει σημασία

Όταν βράζεις αβγά μη χρησιμοποιείς σκεύος αρκετά μεγάλο σε σχέση με την ποσότητα αυτών που θέλεις να βράσεις. Δε θέλεις να αρχίσουν τα αβγουλάκια να παίζουν συγκρουόμενα μέσα σε κατσαρόλα? Χρησιμοποίησε το ατομικό μπρίκι του καφέ αν θέλεις να βράσεις ένα μονάχα, κάποιο μεγαλύτερο για δύο ή τρία και μικρή κατσαρολίτσα για περισσότερα.

Βήμα 4ο

Η θερμοκρασία του νερού παίζει ρόλο

Η σωστή θερμοκρασία έχει επίσης σημασία. Δε χρειάζεται να βράσει το νερό γρήγορα, αντίθετα άσε το σε χαμηλή φωτιά.

Βήμα 5ο

Φρέσκο αβγό ή ημερών έχει σημασία

Εάν είσαι από τους τυχερούς που έχουν πρόσβαση σε ολόφρεσκα αβγουλάκια τότε θα έχεις διαπιστώσει πως το ξεφλούδισμα είναι σκέτος μπελάς. Ωστόσο, τα αβγά του εμπορίου δεν παρουσιάζουν τέτοια προβλήματα καθότι είναι κάποιων ημερών.

Βήμα 6ο

Μην ξεχνάς το κρύο νεράκι

Πριν ξεκινήσεις το ξεφλούδισμα άσε το αβγό για λίγο κάτω από κρύο τρεχούμενο νερό. Στη συνέχεια άφησέ το μέσα στο νεράκι μέχρι να κρυώσει. Αφενός δε θα καείς και δε θα χοροπηδάς από κάψιμο στα χέρια όταν θα προσπαθείς να το ξεφλουδίσεις κι αφετέρου το τσόφλι θα βγαίνει ευκολότερα.

Πηγή: womenonly.gr