

Cottura delle uova

Uova alla coque - Procedimento:

Appoggiate l'uovo su un cucchiaino e immergetelo delicatamente in acqua bollente lasciandolo bollire per 3-3,5 minuti. Va mangiato subito.



Uova barzotte o mollette - Procedimento:

Vanno messe delicatamente nell'acqua che bolle e lasciate bollire per 5 minuti in modo che il tuorlo rimanga morbido con la classica goccia in mezzo. Vanno poi immerse nell'acqua fredda per 10 minuti e poi sgusciate con delicatezza.



Uova in camicia Le uova in camicia si mangiano calde, ma siccome richiedono una certa manualità che si acquisisce col tempo, preparatele in anticipo e, una volta cotte, immergetele mano a mano in una ciotola con dell' acqua fredda. Si



conservano così per 2 giorni in frigorifero. Per riscaldarle, basta immergerle in acqua bollente per mezzo minuto. Vanno poi sempre asciugate, per togliere l' eccesso di acqua, appoggiandole su di un foglio di cucina.

Procedimento: Riempite una pentola di circa 15 cm. di diametro per tre quarti d'acqua e quando bolle aggiungete 1 cucchiaino di aceto di vino bianco. Dopodiché abbassate la fiamma e fate in maniera che l'acqua "freme" soltanto. A questo punto rompete le uova in un piattino, e aiutandovi con un cucchiaino girate l' acqua che freme in modo da formare un vortice all' interno del quale farete scivolare, una per volta, delicatamente le uova che farete cuocere per 3 minuti. Trascorso questo tempo toglietele con l'aiuto della schiumarola e asciugate l'acqua in eccesso con l'aiuto di carta da cucina. Per togliere le sbavature dell' albume e dare una forme regolare usate un forbice o un coltello ben affilato.

Questo semplice metodo di cottura rende le uova molto digeribili e si presta a preparazioni più o meno elaborate.

Uova sode - Procedimento: Si immergono delicatamente



in acqua bollente e si fanno cuocere per 10 minuti ma non oltre altrimenti l'albume diventa troppo duro e quindi poco digeribile ed il tuorlo perde il suo bel colore

diventando quasi bianco. Vanno poi scolate, passate subito in acqua fredda e poi sbucciate.

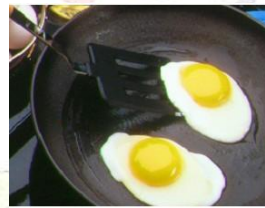
Uova strapazzate Le uova strapazzate, se ben preparate, sono un piatto delizioso ma è importantissimo che vengano cotte con molta cura per risultare soffici e cremose e questo dipende dalla quantità di burro usata.



Procedimento:

Rompete le uova in una ciotola e mescolatele bene con una forchetta aggiungendo il sale ed il pepe. Sciogliete 40 g di burro in una padella antiaderente, versateci le uova e cucinatele a fuoco moderato. Mescolate continuamente con un cucchiaino di legno in modo che non si attacchino al fondo portando verso il centro le parti che si sono già cotte ai bordi fino ad ottenere un composto denso e cremoso. A questo punto toglietele dal fuoco, aggiungete 60 g di burro tagliato in piccoli pezzi e mescolate bene.

Uova al piatto o al tegamino - Procedimento:



E' la vera prova per vedere quanto un cuoco è bravo. Ungete un tegamino per uso individuale con 10 g di burro. Fateci scivolare 2 uova e condite con sale il solo bianco.

Versate qualche goccia di burro fuso sui tuorli e cuocete in forno a 180 gradi facendo in maniera che le uova ricevano maggiore calore nella parte superiore e appena si saranno coagolate estraetele dal forno e servitele subito. Se però preferite friggerle sul fuoco basta fare scivolare le uova in una padella dove avrete fatto fondere a fuoco vivo un cucchiaino di burro. Salate e pepate e dopo qualche minuto sono pronte.