

Do míchaných vajec musíte vždy přidat jednu věc. Češi to ale překvapivě neví

aazdravi.cz/do-michanych-vajec-musite-vzdy-pridat-jednu-vec-cesi-to-ale-prekvapive-nevi

Všechny příspěvky autora Kristýna Lorencová

17. 1. 2023



Míchaná vajíčka jsou oblíbeným pokrmem po celém světě, a to hned z několika důvodů. Skvěle zasytí, mají výborné výživové hodnoty a snadno se připravují. Téměř každá kultura má svůj vlastní lahodný způsob vaření a podávání pokrmů z vajec.

Důležité je správné šlehání

Chcete-li dosáhnout jemných a nadýchaných míchaných vajíček, musíte se zaměřit na šlehání. Nedělejte chybu a nerozklepávejte vajíčka přímo do pánve. Místo toho je rozklepněte do misky a šlehejte metličkou po dobu 30 až 40 sekund. Důležité je, aby se bílek a žloutek dokonale spojily a abyste do vajíček našlehali dostatek vzduchu. Důležité je také šlehat vajíčka těsně před tím, než je nalijete na pánev. Pokud je budete šlehat předem, vzduch z nich stihne uniknout a vajíčka nebudou nadýchaná.

Teplota při přípravě musí být akorát

Pokud chcete, aby vaše míchaná vejce byla krásně měkká a nadýchaná, musíte si dát pozor na teplotu při jejich smažení. Příliš vysoká teplota může vést k připálení nebo vysušení vajec, zatímco příliš nízká teplota způsobí, že vejce nebudou nikdy hotová.

Doporučuje se používat středně teplou plotýnku, aby se vejce mohla smažit pomalu a rovnoměrně.



Foto: Shutterstock

Správná velikost pánve

Velikost pánve hraje v přípravě míchaných vajec také důležitou roli. Pokud bude příliš velká, mohou se rychle vysoušet a připalovat. Naopak na malé pánvičce nepřipravíte kvalitní míchaná vejíčka pro celou rodinu tak, aby byla všechna „tak akorát“. Pánev, na které je připravujete, by měla mít nepřilnavý povrch.

Co přidat k vajíčkům?

Každému chutnají jinak připravená vajíčka. Někdo má raději sušší, jiný vláčnější. Pokud upřednostňujete polotekutou jemnější konzistenci, vyzkoušejte k nim přidat lžici majonézy. Jedna lžička vajíčka výrazně zjemní a dodá jim jedinečnou chuť.

Foto: Shutterstock

Nenechte si ujít