



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](http://lezzetler.com)

---

## KALIPTA YUMURTA

Milli Eğitim Bakanlığı  
Mesleki Eğitim ve Öğretim Sisteminin Güçlendirilmesi Projesi  
Ankara 2006

2 adet kalıbı yağlayıp, tuz ve karabiber serpiniz.  
Kalıpların içine dağıtmadan yumurtaları kırınız.  
Kalıpları içinde 1 cm. yüksekliğinde su bulunan sote tenceresine yerleştiriniz.  
Tencerenin kapağını kapatarak harlı ateşte suyun çabuk kaynamasını sağlayınız.  
Yumurtaları 2-3 dakika yumuşak bir kıvam alacak şekilde pişiriniz.  
Kalıpları sudan alarak kurulayınız.  
Altında tabakla servis yapınız.

Not: Kalıpları su dolu tepsi içinde fırında da pişirebilirsiniz.