



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

YUMURTALARI PİŞİRME YÖNTEMLERİ

Nevin Halıcı

Haşlama: Rafadan yumurta Kaynar suda üç dakika kaynatılarak hazırlanan pişirme türüdür. Hazırlanmış yumurta (katı) Kaynar suda yumurtanın on dakika kaynatılmasıyla hazırlanır. Çılbır Kaynar tuzlu ve sirkeli suya yumurtanın kırılmasıyla hazırlanan pişirme türüdür.

Yağda pişirme: Sahanda yumurta türleri Tepsi ya da birer kişilik sahanlarda kızdırılmış yağın içine yumurtanın kırılarak pişirilmesi usulüdür. Sahanda yumurta, sucuklu yumurta, pastırmalı yumurta, domatesli yumurta, işkembeli yumurta vb.

Kaygana türleri: Tepsi veya tavada yumurtanın kızdırılmış yağa ya da meyaneye çırpılarak dökülmesiyle hazırlanan pişirme türüdür. Kaygana vb.

Kaplayarak kızartma türleri: Ekmek ve çeşitli sebzelerin çırpılmış yumurtaya bulanarak kızartılmasıyla hazırlanır. Yumurtalı ekmek vb.

Diğerleri: Çorba terbiyeleri ve haşlamada kullanılırlar. Limon-yumurta terbiyesi, börek, tatlı, pasta vb.