



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

YUMURTANIN PİŞİRİLME ÖRNEKLERİ

Haşlayarak (Rafadan, kayısı, katı pişmiş, çılbr poşe). Haşlamaları ikiye ayırabiliriz:

1- Kabuğuyla Haşlama:

-Rafadan yumurta (Kahvaltılarda).

-Kayısı yumurta (rafadanın biraz serti, hem kahvaltıda ve hem de yemeklerde kullanılabilir.)

-Katı pişmiş yumurta (kahvaltılarda), salatalarda, soğuk büfe, kanape, v.s. yerlerde kullanılır).

2- Kırarak Haşlama:

-Çılbr hazırlamada (Yemek olarak kullanılır).

-Kızartarak (Sahanda.yağda pişirme, omletler bu gruptadır).

-Ezerek çırparak pişirme.

Ezme ve çırpma olarak yumurtalar iki şekilde pişirilir:

Yağın içinde karıştırarak pişirme: Yemeklerde, kahvaltılarda, garnitürlü ve gamitürsüz olarak kullanılabilir.

Bir kabin içinde kaynayan suyun buharında pişirilmelidir. Kahvaltı ve yemeklerde kullanılır.

3- Çorba terbiyelerinde, hamur işlerinde, tatlılarda, pasta ve bisküvilerde yerine göre bütün akı ve sarısı ayrı olmak üzere kullanılır.