

## OEUFS MOLLETS NATURES



### RÉALISATION DES OEUFS MOLLETS

Les œuf mollets se cuisent dans l'eau chaude comme les œuf durs. Seul le temps de cuisson change.

### POUR VOS OEUFS MOLLETS VOUS AUREZ BESOIN :

1 œuf De l'eau Une casserole

### LES ÉTAPES :

La seule difficulté est la température des œuf. Aujourd'hui les œuf sont généralement conservés au frigo, ils sont donc très froids. Cela pose deux problèmes : la coquille risque de se fendre lorsqu'on les plonge dans l'eau, le temps de cuisson ne correspond plus au temps indiqué.

Pour pallier à ces deux inconvénients, la première solution est de sortir les œuf à l'avance pour qu'ils viennent à température ambiante.

Mais pour une cuisson de dernière minute voici deux astuces :

Placer l'œuf dans l'eau tiède et le laisser se réchauffer. Placer l'œuf dans une petite passoire avant de le plonger dans l'eau bouillante. La passoire évite le choc de l'œuf au fond de la casserole.

Selon son âge, aidez votre enfant à :

Remplir la casserole d'eau au  $\frac{3}{4}$  et la porter à ébullition. Plonger l'œuf dans la casserole et compter 5 minutes à partir de la reprise de l'ébullition pour un jaune épais mais coulant. Casser la coquille sur plusieurs endroits. Plonger l'œuf dans une casserole d'eau froide pendant 1 minute. Retirer la coquille de l'œuf mollet.

**DES PRODUITS 10 DOIGTS POUR LA CUISINE**



Moule chocolats - 12 motifs

Réf : 01292

**6,49 €**



Emporte-pièces métal - Motifs au choix

à partir de

**1,99 €**



Manique de cuisine en coton blanc surpiqué

à partir de

**1,59 €**



Tablier en coton avec poche

à partir de

**2,69 €**



Toques de chef en non-tissé blanc - Taille enfant

à partir de

**4,74 €**



Dessous de verre rond en bois

à partir de

**0,69 €**



Sac à tarte en coton

à partir de

**3,19 €**

Retrouver mon matériel sur le site [10doigts.fr](https://10doigts.fr)