PETITE GOURMETS

İNGILIZ

Otlu Çırpılmış Yumurta

Türk otlu çırpılmış yumurta - taze dereotu ve maydanozla. 15 dakikada hazır, kabarık ve protein açısından zengin bir kahvaltı.

15 min	10 min	25 min	4	Easy
HAZIRLIK	PIŞIRME	TOPLAM	PORSIYON	ZORLUK

Malzemeler

- 8 yumurta
- 0.25 bardak süt
- 2 yemek kaşığı maydanoz
- 1.5 çay kaşığı dereotu
- 2 yemek kaşığı tuzsuz tereyağ
- 1 çay kaşığı tuz
- 1 çay kaşığı karabiber

Yapılışı

1. **Prepare the egg mixture**
   Crack 8 eggs into a medium bowl and whisk until yolks and whites are completely combined. Add 1/4 cup milk, 2 tablespoons chopped fresh dill, and 2 tablespoons chopped fresh parsley, then whisk until evenly distributed throughout the eggs.
2. Season the egg mixture with 1 1/2 teaspoons salt and 1 teaspoon freshly ground black pepper. Whisk once more to incorporate the seasonings evenly.
3. **Start cooking**
   Heat 1 teaspoon butter in a medium non-stick pan over medium-low heat until melted and the foaming subsides, about 1-2 minutes. Pour the egg mixture into the pan.
4. Let the eggs sit undisturbed for 30 seconds to begin setting on the bottom. Using a silicone spatula, gently stir the eggs from the outside edges toward the center, scraping the bottom of the pan.
5. Continue cooking for 3-5 minutes, stirring gently every 20-30 seconds, until the eggs form soft, creamy curds but still look slightly wet and glossy. The eggs should jiggle slightly when you shake the pan.
6. Remove the pan from heat while the eggs still appear slightly underdone - they will continue cooking from residual heat. Serve immediately while hot and creamy.

Besin Değerleri

185	12g	2g	14g	2g	180mg
KALORI	PROTEIN	KARBONHIDRAT	YAĞ	ŞEKER	SODYUM

Porsiyon başına

İpuçları

Daha eşit pişme ve süt ile otlarla daha iyi karışım için oda sıcaklığında yumurta kullanın.

Otları ince doğrayın ve çırpma işlemi boyunca eşit dağılım sağlamak için çiğ yumurta karışımına ekleyin.

Mümkün olan en kremsi dokuyu elde etmek için orta-düşük ateşte pişirin ve neredeyse sürekli karıştırın.

Yumurtalar hala biraz az pişmişken tavayı ateşten alın, çünkü kalan ısıdan pişmeye devam edeceklerdir.

Ekstra zenginlik için yumurtalar pişmeyi bitirmeden hemen önce bir yemek kaşığı krem peynir veya crème fraîche ekleyin.

Yumurtaların sertleşmesini önlemek için tuz ve karabiberi pişirmenin sonunda ekleyin.

Mükemmel sıcaklık ve dokuyu korumak için ısıtılmış tabaklarda hemen servis yapın.

Kalabalık için yapıyorsanız, pişen yumurtaları düşük fırında (200°F) ara sıra karıştırarak 30 dakikaya kadar sıcak tutun.