



Колко време трябва да се варят яйцата? Това е въпрос, който доста време ме е мъчил. Оказва се че отговорът не е толкова прост, защото необходимите минути зависят от размера на яйцето, надморската височина и от това дали ще се сложи във вряща вода или във студена. Повечето източници препоръчват яйцата да се поставят във студена вода изчаквайки постепенно затопляне, докато заври, защото в противен случай яйцата често се пукат.

Варенето на яйца е трудно от гледна точка на това, че докато не ги обелим не може да сме сигурни колко твърди сме ги сварили.

По-малко вероятно да се напукат по време на "приготвяне" са пресните яйца. Това се дължи на по ниското рН в белтъка, което кара белтъка да се придържа към вътрешната мембрана на черупките, "запечатвайки" ги заедно. Но, това прави пресните яйца и по-трудни за белене. Яйцата които са престояли няколко дни в хладилника са по лесно чупливи, но и по лесно се белят. Вместо да чакате пресните яйца да остарееят, може да добавите чаена лъжичка сода за хляб на литър вода (това повишава рН-то), но имайте в предвид, че това може да им придаде малко по-сярен привкус.



Минути варене на яйцата след като водата заври, поставени в студена вода
Минути варене на яйцата, поставени във вряща вода

Течен жълтък и леко рохкав белтък

3 5

Рохкав жълтък и твърд белтък

4 6-7

Полурохлавак жълтък и твърд белтък

5-6 8-10

Твърдо сварен жълтък и белтък

8 12-15