

Míchaná vejce mám hotová za 3 minuty. Skoro bez práce a úžasně chutná

 aazdravi.cz/michana-vejce-mam-hotova-za-3-minuty-skoro-bez-prace-a-uzasne-chutna

Tereza Holubová

13. 11. 2023

Míchaná vajíčka jsou jedním z velmi často vařených jídel, které se hodí jako snídaně, rychlá svačina nebo sytá večeře. Existuje hned několik způsobů, jak si je připravit – ten nejrychlejší vám zabere jen tři minuty času.

Míchaná vajíčka se dají udělat i v mikrovlnné troubě

Jestliže nemáte na nic čas a potřebujete udělat extrémně rychlou snídani, vyzkoušejte přípravu míchaných vajíček v mikrovlnné troubě.

Rozklepněte si je do hrníčku, rozmíchejte je a přidejte sůl, pepř či další koření, které máte rádi. Následně vložte do mikrovlnné trouby a zapněte ji zhruba na minutu a půl. Vajíčka se krásně připraví a budete je moct rovnou jíst.

Připravte si míchaná vajíčka na páře

Naopak více času vám zabere, když si vajíčka připravíte nad vodní lázní, na druhou stranu však budou zdravější a mnohem krémovější.

Rozklepněte si vajíčka do skleněné mísy a dejte ji nad vodní lázeň. Přidejte k nim trochu smetany a nechte, ať vajíčka nad vařící se vodou pomalu zhoustnou. Na závěr můžete přidat na kousky nakrájený hermelín nebo vajíčka zastrouhat sýrem. Budou krásně měkká, vláčná a dokonale propojená.



Foto: Shutterstock

Míchaná vajíčka na tisíc způsobů

Míchaná vajíčka mají tu velkou výhodu, že si je můžete připravit pokaždé jinak. Klasická příprava zahrnuje nadrobno nakrájenou a osmaženou cibulku a nějakou tu uzeninu.

Vajíčka si však můžete osvěžit také třeba nasekanou jarní cibulkou. Chuťově zajímavé je může udělat různé koření – skvěle se k nim hodí třeba muškátový oříšek, můžete vyzkoušet také například kari nebo různé ochucené soli.

Rozhodně doporučujeme těsně před tím, než vajíčka sundáte z pánve, dochutit je strouhaným sýrem. Můžete zvolit klasický eidam, ale ještě lepší jsou s nějakým chuťově výraznějším sýrem, třeba čedarem. Jen myslete na to, že když přidáváte sýr, měli byste šetřit se solí, neboť sýry pokrm hodně dosolí samy od sebe.

Foto: Shutterstock

