

# HUEVO DURO

1 raciones

15 min

Muy fácil

Invierno · Otoño · Primavera · Verano

Cenas ligeras



## Información nutricional

Valores por ración

**Energía**

**98 kcal**

**Grasas**

**6 g**

**Fibra**

**g**

**Proteínas**

**8 g**

**Carbohidratos**

**g**

**Sal**

**0.2 g**

## Ingredientes

- 65 g de huevo

# Preparación paso a paso

## TRADICIONAL

- 1** Colocar el huevo en un cazo.
- 2** Cubrir el huevo con agua.
- 3** Llevar el agua a ebullición.
- 4** Cocinar el huevo hasta que la yema esté completamente cuajada.
- 5** Retirar el huevo y enfriarlo bajo agua fría.
- 6** Pelar el huevo y servir.

## THERMOMIX

- 1** Colocar el huevo en el cestillo.
- 2** Añadir agua al vaso y colocar el cestillo en su posición.
- 3** Cocinar hasta que la yema esté completamente cuajada. **14 min / 100 °C / vel 1**
- 4** Retirar el cestillo con ayuda de la espátula.
- 5** Enfriar el huevo bajo agua fría.
- 6** Pelar el huevo y servir.

---

## Consejos

- Enfría el huevo bajo agua fría justo al terminar para cortar la cocción y facilitar el pelado.
- Si vas a usarlo en ensaladas, pélalo una vez frío para que mantenga mejor la textura.

- Para un picado limpio, corta con un cuchillo ligeramente humedecido.