



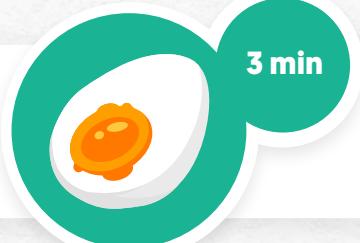
COMO COZINHAR O OVO PERFEITO?



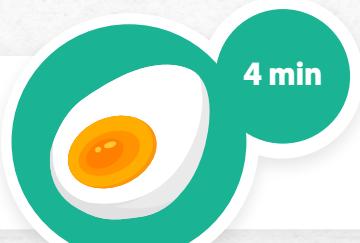
Não lave os ovos, higienize-os com um papel ou pano limpo e depois guarde-os no interior da geladeira.



O tamanho da panela varia de acordo com a quantidade de ovos, a água deve estar na **temperatura ambiente** e **cobrir completamente os ovos**.



3 min



4 min



5-6
min



10-15
min



> 15
min

Tanto a gema quanto a clara estão bem moles, o ideal é **esperar um pouco mais**.

A clara ficará um pouco cozida e a gema bem mole, o ovo deve ser consumido na própria casca, é o chamado “**ovo quente**”.

É o tempo ideal para quem gosta da **gema mole**, mas da **clara mais firme**. Para ter uma textura cremosa deixe cozinhar por 7 minutos.

A gema ficará solidificada e bem firme, quanto mais tempo maior a firmeza. Prefira essa opção caso precise garantir **maior segurança** ao consumir ovos.

Quando aquecido por muito tempo sofre uma reação que produz um composto que deixa a **gema acinzentada** ou **esverdeada**. Ainda assim, não há problema em consumi-los dessa forma.



Um pouco de **vinagre na água** pode ajudar a prevenir rachaduras e a descascar o ovo com mais facilidade.



Após o cozimento **refrie os ovos em água fria** ou em um recipiente com **água e gelo**, assim você evita que passem do ponto desejado.