

Zastosowanie jaj w produkcji potraw.

Rola jaj dodawanych do potraw

Część jaja	Rola	Zastosowanie
całe jajo	zespala składniki	kluski, kotlety z warzyw, kasz i mięs ciasta smażone, pieczone, gotowane
	podnosi wartość odżywczą i smakowość potraw	zupy, kluski, potrawy z kasz i warzyw
białko	spulchnia potrawy	ciasta, desery, nadzienia
żółtko	zagęszcza potrawy, barwi	sosy, zupy, desery
	emulguje tłuszcze	sosy, ciasta, desery
	podnosi wartość odżywczą i smakowość	sosy, zupy, desery, kluski

Potrawy z jaj gotowanych w różnym czasie

Nazwa potrawy	Czas gotowania od włożenia do wody (min)	Sposób gotowania: jajo włożone do	Konsystencja	
			białko	żółtko
jaja po wiedeńsku	3	wrzątku	lekko ścięte, galaretowate	płynne
jaja na miękko	3–4	wrzątku	jw.	jw.
jaja mollet (na półtwardo)	4–5	wrzątku	ścięte	półpłynne

Nazwa potrawy	Czas gotowania od włożenia do wody (min)	Sposób gotowania: jajo włożone do	Konsystencja	
			białko	żółtko
jaja na twardo	8–10	zimnej wody	ścięte	ścięte
jaja poszutowe (w koszulce) – gotowane powoli	3	wrzątku	ścięte	płynne

Charakterystyka potraw z jaj smażonych

- Jajecznica – jaja miesza się na jednolitą masę, smaży na tłuszczu do uzyskania galaretowatej, puszystej masy dzięki dodatkowi mleka lub wody w ilości ok. 7 g (1 łyżeczka na 1 jajo).
- Jaja sadzone – ścięte białko otacza wypukłe, półpłynne żółtko, zachowujące swój kształt. Smaży się je na tłuszczu pojedynczo, na patelniach małych lub specjalnych z wgłębieniami. Można również sporządzać je na parze na patelni o dwóch dnach.
- Omlet naturalny (francuski) – przygotowuje się go na słono z rozbitej masy jajecznej niemieszanej, po wylaniu na patelnię. Smaży się jednostronnie, wierzch pozostaje galaretowaty.
- Omlet biszkoptowy (rzymski) – sporządza się go na słodko, z dodatkiem mąki i ubitych białek jaj. Smaży się obustronnie.
- Omlet mieszany – masę jajeczną wylewa się na podsmażone dodatki (pieczarki, szynka) i smaży jak omlet naturalny (wierzch pozostaje galaretowaty).
- Kotlety z masy jajecznej – sporządza się je z gotowanych na twardo, przemielonych jaj połączonych z namoczoną, odcisniętą bułką, surowym jajem, masłem, szczypiorkiem. Formuje się owalne kotlety, obtacza w bułce tartej z dwóch stron i smaży.
- Jaja nadziewane – sporządza się je z gotowanych na twardo jaj, wyjętych ze skorupki przekrojonych wzdłuż, połączonych z dodatkami i ponownie nałożonych do skorupki. Część z farszem zanurza się w bułce tartej i obsmaża. Podaje się jako gorącą zakąskę.