



Oppskrift

Posjert egg med laks og avokado



Slik lager du posjert egg og så enkelt kan du lære deg å posjerer egg! Laks og avocado gjør retten komplett.

1

Slik gjør du

Del avokadoen i to og kutt den ene halvdel i to på langs. Dra av skallet og del båtene i enda tynnere båter. Skvis litt sitronsaft over avokadoen, legg på en god neve ruculla på skiva og fordel avokadobitene utover.

2

Slik posjerer du egg

Eddik gjør jobben lettere

Kok opp vann med eddik og salt. (Du må ikke bruke eddik, men mange liker syren og gjør det litt lettere å få godt resultat).

Kokende vann før knapp simring

La vannet fosskoke minst et minutt slik at det er skikkelig varmt. Det tar litt koketid å få vann og kjele skikkelig varmt. Senk så varmen slik at det er en knapp simring i gryta. (Trekk gryten av platen om du ikke har induksjon eller gass).

Ikke hell egget langsomt oppi

Bruk en skje til å lage en passe god virvel i vannet og slipp egget raskt oppi midten. Da vil egget fastne av seg selv og holde seg pent samlet. Ikke hell egget langsomt oppi vannet, da blir det tråder i vannet og ikke vellykket resultat.

La egget hvile i fem minutter

La egget ligge i ro på svak varme ca. 4 - 5 minutter. Ta det opp av vannet med en hullskje eller annen øse med hull, og legg det på kjøkkenpapir for avrenning.

[Trykk her for lese flere tips og triks om posjering av egg her](#)

Rist gjerne landbrødiskiven, legg på spinatblader, asparges, bacon og det posjerte egget.

Server med et par spiseskjeer Hollandaise.

3

Ha på lakseskiver og topp det hele med posjert egg. Server med ekstra ruccula og biter av små tomater.

Vel bekomme, hilsen PRIOR.

Ingredienser

Du trenger

PRIOR egg	1 stk
Avokado	0,5 stk
Landbrød	1 skive
Sitron	1 stkr
Ruccola	50 g
Cherrytomater	4 stk

Allergener

- Gluten