



## 계란 안 깨지게 삶으려면?

계란을 삶다 보면 종종 껍질이 터져 계란 속이 밖으로 흘러나오는 경우가 있어요.  
계란 안깨지게 삶으려면 어떻게 해야 하나요?

- 본 내용은 **DoM** '유익한 정보 검색' 에서 누리꾼이 올려놓은 내용을 발췌한 내용입니다. -

☹ 계란을 삶을 때 기본적으로 소금이나 식초를 첨가한다는 것은 아실 것이라 봅니다. 그런데도 가끔 몇 개의 계란이 터진다면? 계란을 삶기 전의 보관 방법이나 초기에 넣는 방법이 틀렸을 수도 있습니다.

우선 냉장고 안에 있는 계란보다 별도로 슈퍼에서 사가지고 온 계란을 이용하거나 냉장고에서 꺼내어서 실온에 얼마간 둔 상태에서 삶으면 낫습니다. 그런 상태에서 처음부터 찬물에 넣고 익히세요. 너무 강한 불은 바닥에 물거품이 생기면서 계란끼리 충돌 할 수도 있기에 중불로 익혀야합니다.

☹ 계란을 냉장고에 넣지 않은 것은 바로 삶아도 됩니다. 그 대신 물도 넉넉히 부어주시고 처음엔 반드시 약한불로 삶아야 합니다. 처음부터 쎌불로 삶으시면 절대 안 됩니다. 약한불로 삶으면 깨진 계란 이외엔 절대 터지지 않아요. 소금 식초 아무 것도 안 넣어도 불 조절, 온도조절, 깨진 것만 살피면 됩니다. 오래 삶을 수록 속이 단단하죠.

☹ 삼발이에 올려 놓고 찌서 드세요 안 깨지고, 흰자도 구운계란처럼 약간 노랗게 변하기도 하지만 익히는 시간과 관련이 있으니 적당히 익히시면

되고요. 찌서 드시면 안 깨집니다.

☹ 가장 쉬운방법을 알려 드릴게요.

냄비에 계란이 잠길 정도로 물을 붓고 센불에 올립니다. 물이 끓기 시작하면 불을 끄고 뚜껑을 덮은채 10분간 놔두면 정말 맛있는 삶은 계란이 됩니다.

☹ 간단하죠!!

전자렌지에 넣고 따뜻할 때 꺼내서 끓는 물에 삶으면 3분이면 반숙, 5분이면 완숙.

시간도 절약하고, 이 방법 쓰면 계란 깨지는 걱정 없습니다. 그리고 한 손으로 툭 치면 껍질 썩 벗겨집니다. 신기할 정도로 계란이 삶아 집니다.

☹ 이렇게 찌면 깨지지도 않고 계란 껍질 1초면 벗겨집니다.

압력솥에 찌는 겁니다. 압력솥 아래에 대충 5cm 정도 물을 붓습니다. 찜용 삼발이 있죠. 그걸 물위에 올리고 계란을 거기에 올리는 겁니다. 밥을 하듯 계란을 찌면 됩니다(약 3분정도).

(주의) 삼발이 표면이 압력솥 가장 자리에 닿으면 안됩니다. 최소 1cm 정도 띄어야 합니다. **양계**