



## Egg and soldiers (Bløte egg med brødpinner)

### Ingredienser

- ♥ 4 egg (størrelse L)
- ♥ 2 skiver godt brød
- ♥ 2 ss smør
- ♥ 30 g parmesan (kan sløyfes)
- ♥ flaksalt

### Fremgangsmåte

*Egg med rennende eggeplomme:*

Kok opp en kjele med vann. Når vannet koker legger du romtempererte egg forsiktig ned i vannet.



Ta tiden og la eggene koke i 4 minutter (5 minutter hvis du liker dem litt fastere, se tips).

*Soldater (Brødpinner):*

Mens eggene koker, smører du brødsnivene med smør på begge sider. Skjær brødsnivene i pinner.

Hvis du vil, kan du også ha revet parmesan over brødpinnene.

Legg brødpinnene i en stekepanne med litt ekstra smeltet smør og stek dem gyldne og sprø på begge sider.

*Servering:*

Sett eggene i eggeglass. Server de bløtkokte eggene med et dryss flaksalt og brødpinnene ved siden av.

## Tips

♥ Kunsten er å koke eggene akkurat passe lenge. Jeg bruker egg i størrelse Large. Det kan være en fordel at eggene er romtempererte og ikke helt kjøleskapskalde, for å hindre at de sprekker når du legger dem i det kokende vannet.

For å få den rette, bløte konsistensen på eggene, pleier det å være tilstrekkelig med 4 minutters koketid, men øk til knapt 5 minutter hvis du liker eggene litt fastere. Koker du dem lenger, vil du ikke få rennende eggeplomme. Kok eventuelt et ekstra egg som du sjekker etter 4 minutter.

- 4 minutter koketid gir fast eggehvite og rennende eggeplomme
- 5 minutter koketid gir fast eggehvite og fast ytre kant på eggeplommen, og så vidt flytende eggeplomme i midten.
- 6 minutter koketid gir såkalte smilende egg (fast eggehvite og bløt, men ikke rennende eggeplomme)

♥ Hvis du vil unngå smør og ost, kan du droppe å ha dette på brødpinnene. I stedet kan du toastе brødsnivene i brødristeren og deretter skjære dem opp i pinner. Men smaken blir da så klart ikke helt den samme. ☐☐

© 2004 - 2026: Det søte liv. [Med alle rettigheter.](#)

---

**Source URL:** <https://dev.detsoteliv.no/oppskrift/egg-and-soldiers-blote-egg-med-brodpinner>