



# Κόκκινα πασχαλινά αβγά

**15'**  
Χρόνος  
Εκτέλεσης

**20''**  
Χρόνος  
Αναμονής

**25-30**  
Μερίδες

**1**  
Βαθμός  
Δυσκολίας



## Μέθοδος Εκτέλεσης

- Βάζουμε τα αβγά σε ένα μπολ και γεμίζουμε με νερό. Τα καθαρίζουμε με ένα σφουγγάρι κουζίνας για να φύγουν τυχόν βρωμιές.
- Απλώνουμε ένα απορροφητικό πανί σε μία [κατσαρόλα](#) και βάζουμε τα αυγά σε δόσεις. Γεμίζουμε με κρύο νερό μέχρι να καλυφθούν τα αβγά, βάζουμε το ξίδι και σιγοβράζουμε σε χαμηλή φωτιά για 10 λεπτά.
- Αφαιρούμε από τη φωτιά και αφήνουμε 15-20 λεπτά να κρυώσουν.
- Ακολουθούμε την ίδια διαδικασία για όλα τα αβγά.

Για το βάψιμο

- Σε ένα μπολ βάζουμε το νερό, το ξίδι, την κόκκινη βαφή και ανακατεύουμε καλά μέχρι να λιώσει η βαφή.
- Βάζουμε τα αβγά κάνοντας μια στρώση στο μπολ και αφήνουμε για 3-4 λεπτά.
- Αφαιρούμε με [τρυπητή κουτάλα](#) και αφήνουμε να στεγνώσουν.
- Με αυτή την ποσότητα μπορούμε να βάψουμε 25-30 αβγά.

Για το λάδωμα

- Βάζουμε σε ένα απορροφητικό χαρτί λίγο ελαιόλαδο και περνάμε τα βαμμένα αβγά για να γυαλίσουν.
- Σερβίρουμε.

## Συστατικά

- 8 αβγά
- 1 κ.σ. ξίδι, από κόκκινο κρασί

Για το βάψιμο

- 1 1/2 λίτρο νερό, χλιαρό
- 50 γρ. ξίδι, από κόκκινο κρασί
- 3 γρ. βαφή αβγών, κόκκινη

Για το γυάλισμα

- 5 κ.σ. ελαιόλαδο

## Διατροφικός πίνακας

Διατροφική αξία ανά μερίδα

81 Θερμίδες (kcal)	5.5 Λιπαρά (γρ.)	1.5 Κορ.Λίπη (γρ.)	0.0 Υδατ/κες (γρ.)
4%	8%	8%	0%
0.0 Σάκχαρα (γρ.)	8.1 Πρωτεΐνη (γρ.)	0.0 Φυτικές Ίνες (γρ.)	0.21 Αλάτι (γρ.)
0%	16%	0%	4%