



## Œufs pochés

4 gros oeufs  
2 cuillères à thé d'huile d'avocat ou d'huile d'olive  
4 pocheuses d'œufs en silicone

### MÉTHODE

Verser ½ c. à thé d'huile dans chaque moule en silicone et à l'aide de vos doigts ou d'une brosse, enduire l'intérieur du moule. Casser 1 œuf dans chaque gobelet en silicone et les placer sur le dessous de plat. Versez 1 tasse d'eau dans votre Instant Pot, abaissez le dessous de plat dans le pot et fermez le couvercle. Choisissez pression cook/manual et réglez pendant 3 minutes. Dès que la minuterie est terminée, mettez la valve en position venting, lorsque la goupille tombe, ouvrez le couvercle et retirez le dessous de plat avec précaution. Utilisez une grande cuillère pour aider à démouler les œufs. Déposer sur un morceau de pain grillé, saupoudrer de sel et de poivre et ajouter une noisette de beurre sur le dessus. Amusez-vous bien !

<https://foodisafourletterword.com/recipe/easy-instant-pot-poached-eggs-recipe/>