Диетические сосиски - вкуснятина и только)

Сосиски я очень люблю, но магазинные покупать стараюсь редко. А все потому, что считаю, что там перебор с жиром, крахмалом, красителем, соей, солью и некачественным мясом. Но деваться было некуда, поэтому частенько покупала в ближайшем супермаркете сосисочки.

Но на днях я впервые сделала диетические по рецепту шеф-повара одного из ресторанов. Радости моей не было предела: и вкусно, и без всяких вредных примесей, и готовить совсем легко! Можно деткам!
Итак, делюсь с вами рецептиком.

Вам потребуется:

полкило филе индюка — делаю фарш
1 яйцо
молока 100 мл
соль
специи

Как готовить:

1. Перемешать, берем пленку, кладем колбаску и заматываем, концы завязываем.

2. Варить минут 7 — пальчики оближешь.

Муж у меня не очень любил сосиски, а тут сразу умял их с огромным аппетитом )

Если не добавлять специй и меньше соли - можно давать деткам. Если добавлять чуть говядины-будет цвет краснее.

Приятного аппетита!

