



ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ИНДЕЙКИ С БРУСНИЧНЫМ СОУСОМ И СЛИВОЧНОЙ ЯЧМЕННОЙ КАШЕЙ



 50 минут

 183 ккал; БЖУ 13/6/19 (на 100 г)

 360 г (каждая порция)

 Предварительно разморозьте фарш индейки

Ингредиенты:

фарш индейки, соус брусничный, крупа овсяная, горчица французская, тимьян, яйцо, сыр сливочный, сухари панировочные.



Разогрейте духовку до 200°C. Смешайте фарш с листиками тимьяна и горчицей. Посолите и поперчите.



Сформируйте небольшие фрикадельки, обваляйте в панировочных сухарях и обжарьте на растительном масле 8-10 минут, переворачивая.



Вскипятите подсоленную воду с ячменем. Отварите до готовности (уточнить время варки на упаковке). Заправьте кремчизом.



Подавайте фрикадельки с брусничным соусом и кашей к столу.