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 панировачные.

Разогрейте духовку до 200°С. Смешайте фарш с листиками тимьяна и горчицей. Посолите и поперчие.

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.

! *Количество соли, перца, сахара, специй, лука, соусов, заправок и острых ингредиентов регулируйте по вкусу*