

## Домашние куриные колбаски



На 100 грамм:  
Калорийность: **121,45 ккал.**  
Белки: **13,32 г.**  
Жиры: **6,82 г.**  
Углеводы: **1,56 г.**

Страница рецепта: <https://www.yournutrition.ru/recipes/domashnie-kurinye-kolbaski/>

### Ингредиенты:

- 500 гр куриного фарша
- 200 мл молока
- паприка сладкая 1 ч.л
- соль, перец по вкусу
- приправа к курице (у меня курица гриль)

### Приготовление:

Фарш смешать с молоком, поставить в холодильник на 30-40 минут, достать всыпать все специи, хорошо перемешать. если есть кондитерский шприц, то используйте его, у меня нет, поэтому я наполняла обычный полиэтиленовый пакетик и отрезала уголок диаметром 1,5-2 см.

Отрезала от пищевой плёнки кусочек с запасом, выдавливала фарш на пищевую плёнку, закручивала аккуратно, по бокам хвостики завязывала ниточкой, и отправляла вариться в кипящую минут на 10 воду. А потом я обжарила слегка.

Из этого количества у меня вышло 14 не толстых колбасок.