

## Чевапчичи



На 100 грамм:  
Калорийность: **218,02 ккал.**  
Белки: **14,37 г.**  
Жиры: **16,25 г.**  
Углеводы: **2,72 г.**

Страница рецепта: <https://www.yournutrition.ru/recipes/chevapchichi/>

### **Ингредиенты:**

- фарш говяжий 500 г
- лук 1 шт
- чеснок 2 зубчика
- майоран 1 ч. л
- соль, перец, острая паприка по вкусу

### **Приготовление:**

Лук почистить и нарезать кубиками.  
Чеснок мелко нарезать или раздавить.  
Тщательно перемешать фарш, добавить соль, чеснок, лук и специи.  
Сформировать продолговатые котлетки величиной с большой палец руки, обжарить до хрустящей корочки.