Колбаса куриная с шампиньонами

На 100 грамм:
Калорийность: **99,71 ккал.**
Белки: **17,5 г.**
Жиры: **2,37 г.**
Углеводы: **1,2 г.**

Страница рецепта: https://www.yournutrition.ru/recipes/kolbasa-kurinaya-s-shampinonami/

Ингредиенты:
- филе куриное 700-800 г
- шампиньоны свежие 150-200 г
- сливки10% 150-170 мл
- белки сырые 3 шт
- желатин 20 г
- соль, черный молотый перец (по вкусу)
- перец красный молотый 0,5 ч.л
- кориандр 0,5-1 ч.л
- орех мускатный 0,5 ч.л
- чеснок 4-5 зуб

Приготовление:
Куриное филе перекрутить на мясорубке с крупной решеткой. К фаршу добавить порезанные: небольшими кубиками шампиньоны. Посолить и добавить все специи. Добавить белки, хорошо вмешать их в фарш. После этого влить сливки. Добавить сухой желатин. Затем - измельченный чеснок, хорошенько все перемешать.
Пергаментную бумагу сложить в 2 слоя и намочить водой. Сформировать из фарша колбаски. Завернуть бумагу плотно, концы скрутить и перевязать кулинарной нитью или шпагатом. Сложить колбаски в кастрюлю, залить холодной водой и поставить на огонь. Варить после закипания воды на слабом огне около 1 часа. Колбасу остудить и не разворачивая поместить в холодильник на 5-7 часов, после чего пергамент убрать, колбаску порезать и можно подавать к столу!