

Куриный паштет со сливками



На 100 грамм:
Калорийность: **108,04 ккал.**
Белки: **19,49 г.**
Жиры: **2,94 г.**
Углеводы: **0,98 г.**

Страница рецепта: <https://www.yournutrition.ru/recipes/kurinyj-pashtet-so-slivkami/>

Ингредиенты:

- куриная грудка 4 штуки
- сливки 250 мл
- яичный белок 3 штуки
- специи по вкусу

Приготовление:

Удалите с грудок кожицу и жир.

Сделайте фарш, 2 раза прокрутив через мясорубку. Переложите фарш в миску и залейте ледяной водой. Затем добавьте взбитые яичные белки и охлажденные сливки. Хорошо перемешайте, добавьте специи.

Переложите массу в глиняный горшок, накрыв его промасленным пергаментом, и закрытый сверху фольгой.

Поставьте горшок в кастрюлю с горячей водой и готовьте в духовке при 150 градусах 40 минут, пока не загустеет.

Охладите, выньте из горшка и нарежьте. Подавайте со свежими помидорами.