

Ветчина из индейки



На 100 грамм:
Калорийность: **238.16 ккал.**
Белки: **13.43 г.**
Жиры: **20.18 г.**
Углеводы: **1.11 г.**

Страница рецепта: <https://www.yournutrition.ru/recipes/vetchina-iz-indejki/>

Ингредиенты:

- индейка (ножка) 800 гр
- сало 100 гр
- кориандр 1/2 ч.л
- паприка сушеная 1 ст.л
- перец душистый молотый 1/2 ч.л
- соль 1 ч.л
- горчица 1 ст.л
- масло оливковое 2 ст.л

Приготовление:

Промойте и обсушите ногу индейки. Срежьте аккуратно кожу, снимите мясо с кости, зачистите от пленок, удалите сухожилия, порежьте на кусочки. Сало также порежьте на кусочки.

С помощью блендера или мясорубки измельчите кусочки мяса и сала. Добавить специи, соль. Хорошенько перемешайте фарш, начините им кожу.

Зашейте кожу кулинарной нитью или скрепите зубочистками. Обязательно проколите кожу в нескольких местах иголкой, чтобы выходил сок во время приготовления.

Разогрейте оливковое масло, обжарьте заготовку со всех сторон до румяной корочки.

Запекайте ветчину в разогретой до 120 градусов духовке 1 час. Через час смажьте кожу горчицей, а затем запекайте еще 1 час.

Остудите ветчину под прессом (несколько часов, лучше всего всю ночь). Перед подачей снимите нитки (зубочистки).