**Sposób na zdrowego hot doga z parówkami z linii Natura od Nove**

**Dania typu fast food od dawna znajdują się na czarnej liście osób prowadzących zdrowy tryb życia. Takie posiłki nie muszą jednak być niezdrowe. Warunkiem jest ich samodzielne przyrządzenie ze sprawdzonych składników, takich jak parówki z linii Natura od firmy Nove.**

Hot dogi należą do najprostszych w przygotowaniu i najszybszych „fast foodów”. Jeśli postawimy na przydrożną budkę oferujacą szybką obsługę, otrzymamy je w niecałe dwie minuty. O niekorzystnym wpływie takiego jedzenia na nasz organizm nie trzeba jednak za wiele wspominać. Poświęcając kilkanaście minut więcej, we własnej kuchni, możemy przygotować domowego hot doga nie tylko w dużo zdrowszej, ale i mniej kalorycznej wersji.

**Zamiana składników**

Podstawą zdrowego hot doga jest dobór odpowiednich składników. Pszenną bułkę, zwłaszcza tę specjalną do hot dogów, warto zamienić na świeżego, pełnoziarnistego „palucha”, bądź pokrojoną na małe części bagietkę. Zamiast tłustego sosu na bazie majonezu, lepiej zdecydować się na sos jogurtowy z dodatkiem sprasowanego czosnku i/lub sos pomidorowy własnego wyrobu. Najważniejszym składnikiem hot doga jest jednak parówka. Ona przede wszystkim nie może być przypadkowym, pierwszym z brzegu dostępnym w sklepie produktem. Powinna zawierać jak największą ilość mięsa oraz być pozbawiona konserwantów. Takie wymagania spełniają parówki z linii Natura marki Nove. Nie zawierają glutaminianów, laktozy, fosforanów, glutenu, barwników oraz „E” dodatków. Do ich produkcji stosowane są natomiast: najlepszej jakości mięso, suszone warzywa – seler oraz marchew, suszone owoce, w tym acerole. Mając już przygotowaną bułkę, parówkę oraz sosy, wystarczy dodać ogórka, sałatę lub inne ulubione warzywa, ewentualnie przyozdobić, np. kiełkami rzeżuchy i hot dog gotowy!

**Parówki z linii Natura marki Nove**

Masa netto: 240g ( 4,99 zł/ szt.)

Opakowanie MAP ok 600g

Cena: ok. 17,00- 22,00 zł/ kg