**Филе кальмара**

Мясо кальмара не только полезное благодаря витаминам РР и В 6, но и необыкновенно вкусное. Чтобы ощутить всю сласть морепродукта в готовом виде, следует знать некоторые характерные особенности. Выбирая замороженную тушку, необходимо обратить особое внимание на внешний вид. Свежее мясо имеет фиолетовый, синий или светло-коричневый оттенок и гладкую поверхность.

 Любое блюдо, приготовленное из филе кальмара, сможет Вас изрядно порадовать своими вкусовыми качествам. Больше изысканности придает зелень, которая служит не только украшением, но и улучшает вкус этого деликатеса. Даже при ежедневном употреблении в пищу, у Вас не возникнет чувства тяжести и дискомфорта. Аппетитные и нежнейшие кусочки мяса напротив способствует улучшению Вашего аппетита. Приготовление филе кальмара не требует особых навыков. Готовиться легко и быстро. Филе кальмара - настоящая пища богов.