

Tuňákové muffiny

Počet porcí: 6

Doba přípravy: 20 minut

Bez lepku

Postup přípravy

Troubu předehřejeme na 200°C. Formičky na muffiny vymažeme máslem a vložíme do ledničky. Tuňáka necháme okapat na sítku. Goudu nahrubo nastrouháme. Cuketu oloupeme, přepůlíme a lžičkou vyškrábeme semínka. Dužinu z cukety, papriku a cibuli nakrájíme na kostičky. Lístky kopru nasekáme najemno. Tuňáka rozmačkáme vidličkou a promícháme se sýrem, cuketou, paprikou, koprem, cibulí, vejcem a čerstvým sýrem. Osolíme, opeříme a ochutíme mletou paprikou. Tuňákovou hmotu naplníme do formiček a pečeme asi 30 minut. Podáváme teplé nebo studené.

Ingredience

- **Cibule volná** - 40 g
- **Cuketa** - 150 g
- **Paprika červená** - 50 g
- **Jedlá sůl** - 4 g
- **Kopr** - 5 g
- **Tuňák ve vlastní šťávě 80 g SUN & SEA** - 160 g
- **Paprika sladká 35 g** - 3 g
- **Pepř černý mletý 20 g** - 3 g
- **Čerstvý sýr smetanový 100 g** - 10 g
- **Kromík minigouda ve vosku 300 g** - 50 g
- **Krajanka máslo 250 g** - 10 g
- **Vejce** - 56 g

VYTVOŘENO PROSTŘEDNICTVÍM

CELIATICA.CZ

VÁŠ SEZNAM ONLINE

