

Jaja z farszem szpinakowo - tuńczykowym



Trudność: 🍴🍴🍴🍴🍴

Czas przygotowania: 20min , Czas gotowania: 0min

Całkowity czas: 20min , Porcja: 2

477 Kalorii , **1 g** Cukrów , **35 g** Tłuszczy , **36 g** Białek

Autor: Czerwona.Papryczka

Link: <https://srecepty.pl/jaja-z-farszem-szpinakowo-tunczykowym>

Przygotowanie

Jaja obrać, przekroić na poł, wydrążyć żółtka. Tuńczyka osączyć, rozdrobnić widelcem, utrzeć z serem, szpinakiem, posiekanym szczypiorkiem i żółtkami. Farsz doprawić roztartym czosnkiem , solą i pieprzem. Dokładnie utrzeć z majonezem na gładką masę. Masą napełnić białka, udekorować oliwkami i kaparami.

Składniki

- ✓ 6 jaj ugotowanych na twardo
- ✓ 10 dkg białego sera
- ✓ 5 łyżek podsmażonego szpinaku
- ✓ 1 puszka tuńczyka w sosie własnym
- ✓ 2 ząbki czosnku
- ✓ majonez
- ✓ sól
- ✓ pieprz
- ✓ szczypiorek
- ✓ oliwki

Kategorie

Urodziny, Wielkanoc, Zwykły dzień, Polska, Całoroczne, Tańsze, Produkty mleczne i jaja, Ryby i owoce morza, Warzywa, Klasyka, Dzieci do lat 5, Chudy student , Rodzina, Smukła dziewczyna, Wizyta, Startery, Przekąski na party