

Petits bouchons au thon de Catherine

Continuons cette semaine d'alimenter nos recettes de placard...En voici une que j'aime bien et très simple Geneviève tu n'auras aucune difficulté...Je compte sur toi lors de notre prochain atelier pour me dire ce que tu en penses Elle s'appelle Petits bouchons au thon (recette des moules Flexipan). Catherine

Portions :

Préparation : 10 minutes

Cuisson : 20 minutes

180g de thon en boîte

50 g de concentré de tomates

60 g de crème fraîche

90 g de gruyère râpé

4 œufs

30 g d'oignons hachés

Persil

Sel et poivre



Mixer tous les ingrédients durant 1 mn dans un blender

Faire cuire dans des moules à muffins environ 20 mn à 160 °

Servir frais en bouchées apéritives ou en entrée avec de la salade accompagnée d'une mayonnaise ou crème ciboulette