

Bouchons au thon

Ingrédients :

*180 g de thon
(boîte égouttée)
50 g de concentré
de tomates
60 g de crème
fraîche épaisse
90 g de gruyère
râpé
90 g d'oignons hachés
4 œufs
sel, poivre, persil.*



Mixer tous les éléments durant 1 mn.

Verser dans les moules.

*Mettre à cuire dans les mini muffins
environ 20 mn à 160° ou th 5/6 sur la grille
du four.*

Servir très frais.

*Pour des bouchées apéritives, mettre dans
les empreintes à petites tartelettes.*

*Réduisez le temps de cuisson de 5 mn
environ (soit environ 1/4 d'heure)*