

Muffin Thon tomates

7

Ingrédients :

180 g de thon
50 g de concentré de tomates
60 g de crème fraîche épaisse
90 g de gruyère râpé
30 g d'oignon haché finement
4 œufs
Sel, poivre
persil ou basilic ciselé



Instagram



Recette

Préchauffez votre four à 180°C.

Mixez tous les ingrédients pendant 1 minute.

Versez dans des moules à mini-muffins en silicone (1 c à s par moule) .

Faites cuire une vingtaine de minutes. Le dessus doit être doré .

Laissez tiédir avant de démouler. Réservez au réfrigérateur jusqu'au moment de servir.