



Contenido Vida Sana

Flan de atún



Ingredientes:

- 2 latas de atún al agua
- 6 cdtas de queso fresco
- 1 huevo
- 2 claras
- ½ cebolla picada fina
- Pimienta

Preparación:

1. Precalentar el horno a 180°C.
2. Mezclar todos los ingredientes en un bol, batir.
3. Verter en flaneras individuales.
4. Hornear durante 30 minutos.