Recetas SAL Y PIMIENTA🌺



PLATOS PRINCIPALES

Roscón de atún

10min · 4 raciones · 237 kcal

Ingredientes

- 4 huevos
- 4 o 5 pimientos del piquillo
- 2 latas de atún escurrido
- 8 palitos de cangrejo
- 2 cucharadas de mayonesa

POR RACIÓN

Proteínas	20 g
Grasas	14 g
Hidratos	7,5 g
Fibra	0,6 g

Elaboración

1. Batimos todo y ponemos en un molde apto para microondas
2. Dejamos que se haga 10 minutos en el microondas, comprobamos si está cuajado con un palillo o cuchillo
3. Dejamos enfriar, desmoldamos dándole la vuelta y decoramos al gusto, con huevo duro rallado o tiras de pimiento
4. Untamos en tostas

RECOMENDACIONES

Yo he usado un molde de silicona circular de bizcochos.

Hecho con CookNest

Todas las recetas de Recetas SAL Y PIMIENTA🌺
cooknest.app/@recetasalypimienta · Instagram @recetasalypimienta