

Pomidory faszerowane kaszą i tuńczykiem



Składniki

6 szt. - pomidory
1 szklanka - ugotowana
kasza jaglana
1 szt. - puszka tuńczyka w
oleju
3 łyżka - serek
śmietankowy
1/2 szt. - sok z cytryny
1/2 łyżeczka - sól morską
1/3 łyżeczka - pieprz
mielony

Opis wykonania

Zapraszam na lekką przekąskę z faszerowanych pomidorów. Farsz jest troszkę nietypowy, bo jego głównym składnikiem jest kasza jaglana. Samo zdrowie.

Pomidory myjemy i odcinamy górną część, odkładając ją na bok. Pomidory wydrążamy, posypujemy w środku solą i ustawiamy do góry nogami, aby pozbyć się nadmiaru soku.

Do miski wkładamy tuńczyka z olejem, dodajemy kaszę, serek, sok z cytryny i przyprawę. Wszystko dokładnie mieszamy i tak przygotowanym farszem wypełniamy pomidory. Na wierzch nakładamy odcięte kapelusiki.