



MINI CANNELES AU THON

(24)

1 boîte de thon (170g) égoutté - 4 oeufs - 1 demi-oignon - 50g crème liquide entière - 70g gruyère râpé - 1 petite boîte de concentré de tomate - sel - poivre du moulin –

Dans le robot coupe mettre tous les ingrédients. Mixer. Verser la préparation dans les mini moules à l'aide d'un pichet. Cuire 30 minutes à 180-200°.

Menus Propos © 2007

<http://menuspropos.canalblog.com/>

e-mail : les3aetles2m@wanadoo.fr