



Saquets de tonyina i carbassó

CARACTERÍSTIQUES

Tipus de recepta: aperitiu salat

Persones: 2 persones

Dificultat: ★★

Temps total d'elaboració: 20 minuts

Ajuda dels adults: No (només forn)

INGREDIENTS

- Pasta brick
- 2 llaunes de tonyina
- 1 carbassó
- 2 tomàquets a daus
- ½ ceba

ELABORACIÓ

1. Pica la ceba ben petita. Talla el carbassó i el tomàquet a daus.
2. Sofregeix la ceba amb una mica d'oli en una paella. Afegeix els daus de tomàquet i seguidament els de carbassó.
3. Quan la verdura estigui ben cuita, afegeix-li la tonyina i barreja-ho fins que quedi una massa homogènia.
4. Precalenta el forn a 180°C.
5. Talla la massa brick a quadrats.
6. Posa una mica de massa al centre del quadrat i tanca'l formant un saquet.
7. Posa els saquets al forn durant 10 minuts, fins que estiguin daurats.



NOTES

La cuina hauria de canviar el concepte de monotonia per el de originalitat. Reinventar-se i crear nous plats ens ajudarà a que els més petits provin nous aliments. El farcit d'aquests saquets pot variar en cada cas i crear la teva recepta pròpia. T'hi animes?

AL·LERGÒGENS



No apte per intolerants a la fructosa.

