

# Tuňáková pomazánka



**Obtížnost:** ◻◻◻◻◻

Čas přípravy: 15min , Čas vaření: 0min  
Celkový čas: 15min , Porce: 4

**445** kalorií , **0 g** cukrů , **49 g** tuků , **3 g** bílkovin

**Autor:** uschi3

**Odkaz:** <https://srecepty.cz/tunakova-pomazanka>

## Příprava

Tuňáka rozmrvíme vidličkou, smícháme se sýrem, máslem, hořčicí, nakrájenou cibulkou a dochutíme solí a pepřem a několika kapkami citronové šťávy. Můžeme přidat i nakrájenou pažitku. Nejvíc chutná s cereálním pečivem.

## Ingredience

- 1 konzerva tuňáka v olivovém oleji
- 1 cibulka
- 50 g taveného sýra
- 60 g másla
- špetka lžíce sůl
- špetka semínko pepř
- 1 lžička hořčice
- několik kapka citronová šťáva

## Kategorie

Obyčejný den, Česká, Ryby a dary moře, Klasika, Rodina, Pomazánka

