



Patates farcides

Tinc a la nevera...

2 patates, tonyina i pebrot en conserva, maionesa i mostassa

Ingredients per 2 persones

- 2 patates mitjanes
- 1 llauna de tonyina en conserva
- 1 llauna petita de pebrots del piquillo en conserva
- 2 c/s de maionesa
- 1 c/c de mostassa en gra

Elaboració

1. Renteu les patates i poseu-les senceres en un envàs apte pel microones. Afegiu un rajolí d'aigua, tapeu i coeu a màxima potència durant 6-7 minuts. Comproveu la cocció punxant amb una forquilla.
2. Talleu les patates per la meitat. Buideu una mica del seu interior amb una cullera, poseu-ho aquest en un bol.
3. Escorreu i talleu els pebrots.

RECORDA!!! No trossegeu els vegetals abans de netejar-los

4. En el bol anterior barregeu la patata amb els pebrots i la tonyina.
5. Afegiu la mostassa i la maionesa. Barregeu i farciu les patates amb aquesta barreja.

Observacions

Les patates permeten múltiples farcits (anxoves, pèsols, espàrrecs, cues de llagostí pelades i cuites, pernil...). Es pot variar segons els ingredients que es tinguin a casa.

Col·lectius o moments d'interès: Tots els públics. No apte per al·lèrgics al ou en cas que la maionesa en contingui. Tampoc apte per al·lèrgics al peix ni a la mostassa.

Cost: 1,5 - 2 euros

Temps: 30 minuts

Nivell: Fàcil

Respectar les quatre normes bàsiques d'higiene: NETEJAR, SEPARAR, COURE I REFREDAR ajuda a evitar toxiinfeccions alimentàries.