



Microonde: Pomodorini ripieni - [Visualizza sul sito](#)
di Sconosciuto

antipasti - dieta mediterranea - microonde

Ingredienti:

1 spicchio di aglio
1 cucchiaio di olio extra vergine d'oliva
q.b. di sale
50 grammi di tonno
parmigiano grattugiato
prezzemolo tritato
150 grammi di pomodorini ciliegia
50 grammi di formaggio morbido

Procedimento:

In un contenitore, unire il formaggio molle, il parmigiano, il prezzemolo, uno spicchio di aglio tritato, un cucchiaio di olio extravergine d'oliva ed il tonno, mischiare bene tutti gli ingredienti, regolare di sale e riempire i pomodorini, che avrete precedentemente tagliato a metà e svuotato. Metterli in forno, coperti con la pellicola trasparente e cuocerli a 750 Watt di potenza per 3 minuti, lasciar riposare 1 minuto e servire.