



## Thunfisch-Nuggest

### Description

Zutaten für die Low Carb Thunfisch Nuggets:

1 Dose Thunfisch in eigenem Saft

1 Ei

50g Käse, gerieben

Etwas Salz und Pfeffer

Zubereitung:

- 1.) Den Backofen auf 180 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.
- 2.) Ein Backblech mit Backpapier auslegen.
- 3.) Den Thunfisch abtropfen lassen und zusammen mit dem Ei und dem Käse in einer Schüssel vermischen. Mit Salz und Pfeffer würzen.
- 4.) Aus der Masse 6 gleichgroße Thunfisch Nuggets formen und diese auf das Backblech legen.
- 5.) Die Fischfrikadellen nun im Ofen etwa 20 Minuten goldbraun backen.
- 6.) Gemeinsam mit einem Salat oder einer anderen Low Carb Beilage servieren.



**Category**

- 1. Fisch

**Date Created**

Mai 25, 2024

**Author**

jeanny

*default watermark*