





## Mus z tuńczyka do smarowania

 Na widelcu

Polecane na: [przystawki i przekąski](#)

Kuchnia (region): [arabska](#)

### Warto wiedzieć:

 15 min

 łatwy

 3 porcje

### Składniki:

tuńczyk - 1 opakowanie  
pieprz - 1 szczypta  
sos sojowy - 2 łyżka  
jogurt naturalny - 2 łyżka  
chleb (kromki) - 4 szt.  
rzodkiewka - 3 szt.

szczypiorek - 1 kilka listków  
masło - 2 łyżka  
sok z cytryny - 1 łyżeczka  
oregano - 1 łyżeczka  
ocet winny - 1/2 łyżeczka

### Sposób przygotowania:

**KROK 1:** Odsądzam tuńczyka z tłuszczu. Następnie wkładam do blendera i miksuję parę sekund.

**KROK 2:** Dodaję sos sojowy, sok z cytryny oraz ocet. Ponownie miksuję przez parę sekund.

**KROK 3:** Dodajemy masło, jogurt, oregano oraz pieprz. Miksuję tak by masło się nie rozpuściło, a były widoczne małe jego kropeczki.

**KROK 4:** Smażę tosty z obu stron. Nakładam pastę, dekoruję kanapki rzodkiewką pokroją w kostkę i szczypiorkiem. Smacznego !