

# Budinca de conopida cu ton



Budinca de conopida cu ton, un gratin gustos...cu gust de peste! ☐  
Dragilor, **daca va place tonul** la cutie, dar v-ati saturat de eterna, dar totusi delicioasa ☐ , varianta: „ton scos din conserva, inundat cu zeama de lamaie si mancat cu, eventual, paine prajita si rosii” :))))

...incercati aceasta reteta cu ton, mai consistenta, cu conopida (ei, asta nu stiu cat de mult va place ☐ ), dar va spun eu ca impreuna fac o combinatie foarte reusita!!!

0 reteta, clar, pe gustul iubitorilor de **peste**, indeosebi ton!

## Ingrediente:

- o conopida mica (cca. 320 g)
- 2 cartofi (180 g)
- o cutie ton in ulei/apa
- 2 oua
- 50 g unt
- 60 g faina
- 200 ml lapte

- 150 g cascaval ras
- sare, piper

## **Mod de preparare:**

### **Pregatire legume:**

Desfaceti conopida in buchetele; taiati cartofii, curatati deja de coaja, in sferturi. Puneti la fiert legumele cca. 20 de minute in apa clocotita cu sare.

### **Sos alb cu cascaval:**

Topiti untul intr-o tigaie, adaugati faina, lasati putin sa se rumeneasca si apoi stingeti cu lapte. Lasati in continuare pe foc, dar la foc mic, amestecand intruna, pana se ingroasa usor.

Cand e gata, lasati sosul alb sa se raceasca apoi adaugati ouale, tonul faramitat si cascavalul ras.

Condimentati puternic cu sare si piper. Sau, cel putin, asa am facut eu □ Voi puteti sara si pipera dupa gust.

### **Finalizare budinca:**

Se faramiteaza putin si legumele si se adauga in sos. Se toarna totul intr-o forma unsa cu unt si se da la cuptor, la foc potrivit, pentru cca. 35-40 de minute.

Se feliaza dupa dorinta si se serveste cu rosii, ceapa verde, etc.



La fel de gustoasa calda sau rece ☐