

## ENSALADA DE HUEVO Y ATÚN LIGHT

Tiempo de preparación: 5 minutos

Tiempo de cocción: 15 minutos

Ideal para 1 a 2 personas



### Ingredientes

- 2 huevos duros (quitar la yema)
- 1 lata de 160 gr. de atún en agua
- 1 cucharada de mayonesa light o yogurt griego
- 2 cucharadas de cebollino cortado
- 1 cucharadita de salsa picante (tu favorita)
- Sal y pimienta al gusto

### Instrucciones

1. Después de hervir los huevos, sacar la yema (si quieres menos calorías) y picar los huevos y agregarlos a un recipiente con el atún, la salsa picante, mayonesa y el cebollín.
2. Mezcla para combinar y sazona con sal y pimienta al gusto.
3. Lista para comerla como más te guste: con lechuga, o como sándwich o un wrap o con pasta o sencillamente comerla así sin nada :)