

## FITNESS TUNIAKOVÁ OMELETA

Ingrediencie (2 porcie):

- 6 vajec
- 1 cibuľa
- 2 malé plechovky tuniaka
- soľ, čierne korenie, petržlenová vňať
- zelenina podľa chuti na ozdobenie
- (grécky jogurt)

Postup:

1. Vajíčka si rozmiešame s trochou mlieka, pridáme korenie a nalejeme na panvicu a opekáme z oboch strán.
2. Nakrájanú cibuľu zmiešame v miske s tuniakom, osolíme, okoreníme a pridáme petržlenovú vňať. Kto má rád grécky jogurt môže ho sem pridať.
3. Hotovú omeletu dáme na tanier, pridáme plnku z tuniaka a preložíme na polovicu.
4. Ozdobíme zeleninou.

