

# Tonijn Spies

## Tonijn Spies

Pers de knoflook fijn

Mix de knoflook met de olijfolie

Voeg de gemberpoeder toe

Snijd de tonijn in blokjes

Smeer de tonijn in met de mix

Laat 30 minuten intrekken

Was de cherrytomaatjes

Prik om en om de tonijn en tomaat aan sateprikker

Grill tonijnspies in 4 minuten op de grillplaat

Aantal personen: 1

Kcal:

Ingrediënten:

60 gram tonijn

Theelepel gemberpoeder

Theelepel olijfolie

3 cherrytomaatjes

Sateprikker