

**Lunsj: Cottage cheese med tunfisk, salt og pepper (evt søt variant)**

-1 lite beger cottage cheese

-ca 100 gr tunfisk i olje (evt tunfisk i vann for en magrere variant)

-salt og pepper som smaktilsetning

**Om du ønsker en søt variant kan du tilsette friske bær eller 2 ss lett-syltetøy**