

Croquetas de merluza



Recetízate
Las recetas que hablan de ti
www.recetizate.com

Creador: Toñi Hernández **Recetizador:** Rosa Del Rio Ro



Tiempo: 15 minutos

Dificultad: Fácil

Tipo de plato: Aperitivo

Tipo de cocina: Normal

Otros: Cocina Casera

Coste: Medio

El truco de esta receta:

Con una buena ensalada, pasa de aperitivo a un plato completo.

Descripción:

Las croquetas son ideales para aprovechar los restos que tengamos por la nevera.

Ingredientes para 4 personas :

- 2 Lomos de merluza
- 1 Cebolla
- 1 diente de Ajos
- 2 cucharadas de Harina
- 250ml. de Leche
- 3 cucharadas de Aceite de oliva
- Sal
- 3 Huevos
- Pan rallado

Preparación:

Paso 1

Quitar la piel y las espinas al pescado, ponerlo a hervir con agua y sal unos 10 minutos. Escurrir y desmenuzar.

Paso 2

Pelar y picar la cebolla y el diente de ajo y pochar en una sartén con aceite. Agregar el pescado, remover con una cuchara de madera, dejar unos minutos. Incorporamos la harina y mezclamos bien mientras se cocina un par de minutos. Añadir la leche poco a poco sin dejar de remover hasta que la masa quede homogénea y se separe de la sartén.

Paso 3

Con dos cucharas formamos las croquetas. Primero las pasamos por pan rallado, luego por huevo batido y

después por pan rallado. Solo queda freírlas en abundante aceite bien caliente.