

CROQUETAS CASERAS DE ATUN



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

Creador: Maria Consuelo **Recetizador:** josu



Tiempo: 1h y 45min

Dificultad: Fácil

Tipo de plato: Segundo plato

Tipo de cocina: Normal

Otros: Cocina Casera

Coste: Muy económico

Descripción:

es una receta facil de hacer esta buenisima

Ingredientes para 4 personas :

- 1 cebolla
- 3 latas de atun en aceite
- 4 cucharadas grandes de harina
- 2 vasos grandes de leche
- al gusto de Nuez Moscada
- 2 huevos
- pan rallado con perejil
- aceite de oliva
- un poco de sal

Preparación:

Paso 1

picar finamente la cebolla en una sarten, con aceite, poner a freír la cebolla con una pizca de sal y cuando este lista se incorpora la harina, se deja hasta que dore un poco, luego echar el atun desmigado, la nuez moscada. remover bien con una cuchara de madera y seguido incorporar la leche. seguir moviendo hasta que la masa vaya despegandose poco a poco de la sarten. este proceso requiere tiempo seguir moviendo.

Paso 2

una vez que la masa se desprende sola de la sarten retirarla del fuego se pone en un plato grande se estira la masa cuando este fria. luego una vez fria la masa se pone en un plato con pan rallado con perejil (que venden bolsas todo junto) y se forman las croquetas amasando bien con las manos. rebozar con el pan rallado y freír con una freidora con el aceite caliente (si no teneis freidora con una sarten con mucho aceite vale tambien) colocarlas en papel absorbente para eliminar el aceite sobrante y despues pasarlas a una fuente servir las de segundo

plato acompañadas de una buena ensalada. buen provecho u a comer