

Croquetas de carne



La base de las croquetas suele ser de bechamel, que se mezcla con otros ingredientes, típicamente trocitos de jamón, pollo picado o pescado, y a menudo además con algunas verduras hervidas y aplastadas con un tenedor. En esta ocasión las haremos de carne.

Dedicación : 10 minutos

Cocción :

4 horas de reposo
10 minutos freir

Cantidad : 30 croquetas

Ingredientes :

- Medio kilo de carne de filete de ternera (picada)
- 1 diente de ajo
- 1 cebolla
- 1 rama de perejil
- Nuez moscada
- Sal y Pimienta

Para la bechamel:

- 1 litro de leche
- 4 cucharadas de harina de trigo
- 4 cucharadas de harina de maíz (maizena)

Para envolverlas:

- 2 huevos y pan rallado

- 1 Picamos muy fino la cebolla, el perejil y el ajo. Calentamos aceite en una sartén y sofreímos un poco. Cuando transparenta la cebolla incorporamos carne a la sartén, removiendo y mezclando para que se haga por igual y reservamos.
- 2 Batemos en una tartera la leche y las harinas aromatizando con nuez moscada, una pizca de sal y pimienta. La ponemos al fuego removiendo continuamente hasta que espese. Apagamos el fuego e incorporamos el sofrito de la sartén y mezclamos para que se integren todos los ingredientes.
- 3 Espolvoreamos con harina una fuente honda para que no se pegue y vertemos la mezcla. Dejamos templar un poco y tapamos con film transparente para que no se reseque la superficie.
- 4 Dejamos reposar unas 4 – 5 horas para que coja sabor. Transcurrido ese tiempo retiramos el papel film, batimos un par de huevos y preparamos un plato con pan rallado y otro con papel de cocina. Con ayuda de una cuchara se hacen bolitas alargadas con la masa, envolvemos en pan rallado, hacemos la forma y rebozamos primero en huevo y después en pan rallado.
- 5 Freímos en un buen chorro de aceite de oliva caliente. Les damos la vuelta para que se hagan por igual y cuando tengan buen color retiramos a un plato en el que hemos colocado doble capa de papel de cocina para que absorba el exceso de aceite.

más recetas en

Cocina en video.com