Lidia Santana | Creadora de Contenido y Recetas



APERITIVOS / ENTRANTES

Croquetas de jamón ibérico

2h · 6 raciones · 263 kcal

Ingredientes

- **250gr** de jamón ibérico picadito
- **2** puerros en brunoise
- **4**-5 cucharadas de harina de trigo
- **1/2L** de leche
- Nuez moscada
- Sal
- Pimienta

POR RACIÓN

Proteínas	**17 g**
Grasas	**15 g**
Hidratos	**16 g**
Fibra	**1,1 g**

Elaboración

1. Ponemos un chorrito de aceite de oliva en una sartén, agregamos el puerro, sal y doramos.
2. Agregamos el jamón, salteamos e incorporamos los cominos, pimienta molida, la harina y tostamos.
3. Vamos añadiendo la leche sin parar de remover y continuamos removiendo hasta que coja consistencia.
4. Una vez la tengamos, reservamos la bechamel en el frigorífico un mínimo de dos horas.
5. Retiramos, vamos dando forma con dos cucharitas, pasamos por huevo, pan rallado y freímos en abundante aceite.
6. Retiramos y listas para disfrutar

Hecho con CookNest

Todas las recetas de Lidia Santana | Creadora de Contenido y Recetas

cooknest.app/@coolfood-bylidya · Instagram @coolfood_bylidya