Lidia Santana | Creadora de Contenido y Recetas



APERITIVOS / ENTRANTES

Croquetas de bacalao y queso

6 raciones 425 kcal

Ingredientes

- **350gr** de bacalao desmigado
- **1** cuñita de queso semicurado rallado
- **2** puerros cortados en brunoise
- **1** chorrito de aove
- **1 cucharadita** de mantequilla
- Sal
- Pimienta
- Nuez moscada
- **3 cucharadas** de harina de trigo
- **1/2 litro** de leche
- Pan rallado
- **2** huevos batidos
- Aceite para freír

Elaboración

1. En una sartén ponemos el aove, mantequilla, puerro, sal y pochamos.
2. Cuando esté pochada incorporamos el bacalao, pimienta y cocinamos a fuego medio hasta que se cocine.
3. Agregamos nuez moscada, el queso y salteamos.
4. A continuación la harina, doramos la harina y vamos incorporando la leche sin parar de remover hasta obtener la bechamel.
5. Vertemos en un tupper y llevamos unas horas a la nevera.
6. Damos forma de croqueta a la bechamel con dos cucharitas, la pasamos por huevo, pan rallado y freímos en abundante aceite caliente.

POR RACIÓN	28 g Proteínas	24 g Grasas	25 g Hidratos	1,6 g Fibra

Hecho con CookNest

Todas las recetas de Lidia Santana | Creadora de Contenido y Recetas
cooknest.app/@coolfood-bylidya · Instagram @coolfood_bylidya