Recetas SAL Y PIMIENTA🌺



APERITIVOS / ENTRANTES

Croquetas de caña de lomo y queso de cabra

+4h · 4 raciones · 492 kcal

Ingredientes

- **50 g** de caña de lomo
- **50 g** de queso de cabra
- Aceite de oliva
- **3 cucharadas** de harina todo uso
- **3 cucharadas** de mantequilla
- **400 ml** de leche
- Sal
- Pimienta
- Nuez moscada
- Huevo batido
- Pan rallado
- Aceite abundante para freír

POR RACIÓN

Proteínas	**16 g**
Grasas	**37 g**
Hidratos	**24 g**
Fibra	**1,2 g**

Elaboración

1. Para la bechamel, poner en una olla tres cucharadas de mantequilla y otras tres de harina
2. Añadir la leche y no dejar de remover para que se integre bien y no salgan grumos
3. Poner un poco de sal, pimienta y nuez moscada, y seguir removiendo cinco minutos a fuego lento
4. Añadir la caña de lomo troceada y el queso
5. Integrar la masa unos minutos más y añadirla a una fuente, aplanándola con una cuchara
6. Llevar a la nevera un mínimo de 16 horas
7. Hacer las croquetas
8. Pasarlas una a una por huevo batido y pan rallado, y freírlas en abundante aceite
9. Es importante que el aceite esté muy caliente; después, dejarlas un par de minutos por cada lado a fuego medio alto
10. Emplatar y disfrutar

RECOMENDACIONES

Lo importante es usar productos de calidad.

Hecho con CookNest