

Croquetes de batata e carne



Ingredientes (para 10 unidades)

500 g de batatas

150 g de carne picada de porco

15 g de passas

50 g de cebola

Para empanar: farinha, ovo batido, pão ralado

Manteiga

Azeite de oliva extra virgem

Pimenta

Sal (restringir em caso de hipertensão ou retenção de líquidos)

Preparo

1. Descascar e picar a cebola. Dourá-la em uma panela com um fio de azeite e uma colherada de manteiga. Acrescentar as passas e mexer.
2. Adicionar a carne de porco, mexer e refogar. Colocar sal e pimenta.
3. Depois de cozido, reservar.
4. Descascar as batatas, cortar em pedaços e cozinhar em uma panela com água suficiente. Escorrer bem e amassar com um garfo. Misturar uma colherada de manteiga e acrescentar sal e pimenta. Deve ficar um purê bem sólido. Deixar amornar.
5. Untar a palma da mão com uma gota de óleo, pegar uma colherada generosa de purê e colocar na mão. Abrir ligeiramente com os dedos. Adicionar uma colherada de recheio no meio e fechar, moldando-o em forma de croquete. Reservar.
6. Passar os croquetes na farinha, no ovo batido e no pão ralado.
7. Fritar os croquetes em uma frigideira com bastante óleo até que fiquem dourados. Escorrer sobre um papel-toalha e servir.