

## Receta de Croquetas de Calabacín

31 Ago 2016



Buenos días a tod@s, como aún estamos en temporada de esta rica verdura, para hoy os propongo preparar unas ricas **Croquetas de Calabacín**, os servirán como aperitivo o para las cenas o comidas rápidas con una ensalada o unas patatas fritas quedarán perfectas.

### Ingredientes

- Cebolla (100grs)
- Ajos (dos dientes)
- Aceite de oliva
- Mantequilla (una cucharada sopera)
- Calabacín con piel (50grs)
- Sal y Pimienta
- Ajo en polvo (una cucharadita)
- Harina (100grs)
- Leche (300ml)
- Nuez moscada
- Pan rallado
- Huevo batido

### Modo de Preparación

1. Picar la cebolla y los ajos muy picaditos y pochar en una sartén con un chorro de aceite y una cucharada de mantequilla, dejar hasta que esté transparente
2. Añadir el calabacín cortado en daditos y poner un poco de sal, pimienta y ajo en polvo, dejar unos diez minutos hasta que la verdura esté blanda pero no deshecha
3. Echar la harina y refreír unos minutos removiendo con cuidado
4. Añadir la leche poco a poco para que no se hagan grumos, poner un poco de nuez moscada, sal y pimienta y dejar a fuego lento hasta que espese la bechamel
5. Dejar enfriar en el frigorífico unas horas
6. Formar las croquetas y rebozarlas en huevo batido y pan rallado
7. Freír en abundante aceite caliente en pequeñas tandas
8. Servir acompañadas de unas patatas fritas o una ensalada y...buen provecho!!!

## **Croquetas de Calabacín**

Publicado en Mis Recetas Caseras (<https://www.misrecetascaseras.com>)

---

---