



Entradas Salgados

## Croquetes de Batata com Presunto e Queijo

🕒 20 min.

👉 Fácil

💰 Económico

🍽️ 10 doses

### Ingredientes

- 1 chávena de água
- 1 c. de chá de sal
- 1 c. de chá de mostarda
- 1 c. de sopa de manteiga
- 2 c. de sopa de queijo parmesão ralado
- 3 c. de sopa de cubinhos de presunto
- 1 chávena de farinha
- 300 g de puré de batata instantâneo
- 1 fatia grossa de queijo flamengo cortado em cubinhos
- 1 ovo

### Informação nutricional

<b>Energia</b>	131,9 kcal	7%*
<b>Proteínas</b>	5,2 g	10%*
<b>Lípidos</b>	4,3 g	6%*
<b>Hidratos de Carbono</b>	17,7 g	7%*

\*DR - Doses de Referência para um adulto médio (8400 kJ / 2000 kcal)

### Preparação

- 1 Fazer o puré de batata de acordo com as instruções da embalagem. Reservar uma chávena de puré.
- 2 Misturar a água, o sal, a mostarda, o queijo ralado e a manteiga e levar ao lume até ferver.
- 3 Acrescentar a farinha de trigo e cozinhar, mexendo sempre, até se soltar do fundo do tacho.
- 4 Retira do lume, junta o puré de batata, o presunto e o ovo, misturando bem. Deixar arrefecer.

**5** Modelar bolinhas, com a ajuda de 2 colheres, colocando um cubinho de queijo no centro, passa-las por farinha e fritar em óleo quente.

**6** Servir de imediato.