

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

Energia	131,9 kcal	7%*
Proteínas	5,2 g	10%*
Lípidos	4,3 g	6%*
Hidratos de Carbono	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.