

# CROQUETES DE SOBRAS DE CARNE



## INGREDIENTES

- 1 CAIXINHA DE SOBRAS DE CARNE COZINHADA
- 1 CEBOLA
- 1 FIO DE AZEITE
- 6 C. SOPA RASAS DE FARINHA
- 1 COPO DE LEITE
- SAL, PIMENTA , NOZ MOSCADA
- 1 OVO BATIDO
- PÃO RALADO Q.B.

## CONFEÇÃO

1. Com a ultrablade na taça, picar as carnes com uns toques de turbo. Depois de picada, a carne rendeu imenso.

---
2. Retirar a carne para uma taça e reservar. Sem lavar a taça, picar uma cebola com a mesma lâmina, e uns toques de turbo. Mudar para a pá misturadora e juntar um fio de azeite. Programar Slowcook P1 para refogar.

---
3. Adicionar então a farinha e o leite. temperar com sal, pimenta e noz moscada, e programar Sauce, reduzindo o tempo para 4min. Ficará uma espécie de massa ( ou um béchamel bastante grosso). Acrescentar então a carne picada e misturar na vel.6 1min, ou mais se necessário para que tudo envolva. ( Estes passos poderão ser saltados se tiver béchamel já pronto. Aí seria só misturar um pouco na carne e moldar.)

---
4. Deixar arrefecer, e moldar os croquetes com a ajuda da Mpress, mas podem ser moldados à mão. Passar no ovo e no pão ralado. Depois desta fase, podem ser congelados ou fritos.

---

---