



CROQUETAS DE PAPAS Y CARNE

Ingredientes

- 2 Cucharadas de aceite
- 200 g de carne molida
- Sal y pimienta
- 1 Estuche de puré de papas MAGGI® (125 g)
- 1 Cucharadita de sal
- 1 Cucharada de mantequilla
- ½ Taza de leche SVELTY®
- 1 Huevo
- 2 Cucharadas de perejil cortado finamente
- Ají color y orégano a gusto
- Harina para espolvorear
- Aceite para freír
- Ensaladas a gusto para acompañar



Dificultad:
Baja



Porciones:
5



Tiempo:
20 minutos

Información Nutricional

Energía:	343 Kcal
Proteínas:	13.0 g
Grasa Total:	20.6 g
Colesterol:	82.0 mg
H. de Carbono:	21.6 g
Fibra Dietética:	0 g
Sodio:	126 mg

Preparación

1.- Calienta el aceite en una sartén y agrega la carne molida, condimenta con un toque de ají color y orégano a gusto, saltea durante 2 a 3 minutos removiendo de vez en cuando hasta cocerla completamente. Una vez lista, retira la sartén del fuego y deja entibiar.

2.- Mientras, prepara el puré de papas MAGGI® con la cantidad de agua, sal y mantequilla indicada pero solamente con ½ taza de leche SVELTY®. Una vez listo deja entibiar levemente y agrega el huevo, condimenta con orégano y el perejil, remueve hasta homogenizar y conseguir una mezcla compacta.

3- Toma un poco de la mezcla de papas y rellénalas con carne molida, con tus manos enharinadas forma cilindros como indica la fotografía. Una vez listos puedes freírlos en abundante aceite caliente cuidadosamente, o las puedes hornear dejándolas en una lata apta para horno levemente aceitada y hornearlas durante 8 a 10 minutos hasta dorarlas.



SUGERENCIA

Acompaña tus croquetas con una ensalada fresca o verduras congeladas salteadas como mas te guste.

