

Tigres

Publicada por:

[imprimir](#)

- 50 '
- 50 '
- 4
- 
- 



Comentario nutricional

Es importante que la bechamel quede espesa ya que de lo contrario será más difícil rellenar y freír el tigre.

Modo express

1. Introduzca en la cubeta los mejillones y las gambas peladas con un poco de sal, cierre la tapa y programe el menú Vapor 15 minutos a 125°. Cuando finalice el programa, separe la carne de los mejillones (guarde las conchas) y píquela junto con las gambas. Reserve.
2. Programe el menú Freír/Sofreír 15 minutos a 180° y dore la cebolla con la mantequilla. A los 3 minutos, agregue la harina y sofría 1-2 minutos más; luego incorpore sal y pimienta y vaya vertiendo la leche hasta acabarla (debe quedar una bechamel dura, como para croquetas).

3. Cancele el menú y mezcle la bechamel con la carne de mejillón y gamba.
Utilice la masa resultante para rellenar las cáscaras de mejillón y luego páselas por harina, huevo y pan rallado.
4. Vierta el aceite para freír en la cubeta, programe el menú Freír/Sofreír 20 minutos a 180º y, cuando el aceite esté caliente, fría los tigres por tandas hasta que se doren.