


Croquetas de perdiz

Publicada por:

[imprimir](#)



© Mortimermax | Chef Plus

- 45 '
- 60 '
- 4
- 

Comentario nutricional

La carne de perdiz tiene un bajo contenido en colágeno, lo que le hace más tierna respecto la carne de otras aves.

Modo express

1. Introduzca la perdiz en la cubeta y cúbrala con las 3 medidas de agua.
Programa el menú Presión durante 10 minutos.
2. Pique la cebolla. Cuando la perdiz se haya enfriado, haga lo mismo con ella y resérvela.
3. Vierta la medida de aceite en la cubeta y sofría la cebolla durante 2 minutos en el programa Freír/Sofreír a 180º.
4. Incorpore la carne, los huevos duros desmenuzados y la harina. Sazone con sal y nuez moscada y mezcle bien.
5. Añada una medida de leche sin parar de remover, hasta que la pasta se ligue por completo. Repita el proceso con las otras 3 medidas de leche y cueza durante 3 minutos más sin dejar de remover.
6. Deje enfriar la masa para poder trabajarla con facilidad.
7. Con las manos enharinadas, dé forma a las croquetas y páselas, en este orden, por la harina, el huevo batido con un poco de sal y el pan rallado.
8. Vierta el aceite de girasol en la cubeta y programe el menú Freír/Sofreír a 180º durante 30 minutos. Cuando el aceite esté caliente (unos 7 minutos), incorpore las croquetas de 6 en 6 y voltee de vez en cuando para que se doren por ambos lados.