

Croquetas de pescado



Ingredientes

300 gramos de merluza a rodajas
1 cebolla
3 cucharadas de harina
1 vaso y medio de leche
1 huevo
Aceite y sal

Preparación

Cocemos la merluza sin piel unos 5 minutos con sal y una hojita de laurel, posteriormente escurrir bien y desmenuza retirando todas las espinas que pueda tener.

Para la bechamel, freímos la cebolla picada en 10 cucharadas de aceite, cuando queda transparente añadimos tres cucharadas colmadas de harina y seguimos removiendo.

A continuación, y sin dejar de remover, añadimos la leche (mejor si está caliente).

Después añadimos la merluza desmigada y dejamos cocer a fuego lento y sin dejar de remover, hasta que la masa sea homogénea y se desprege de la sartén.

Extender la masa sobre un plato y dejar enfriar por completo. Después, se les da forma, se pasan por un plato con el huevo batido, por otro con pan rallado y se fríen.