

Croquetas de coliflor, queso y patatas



Dificultad: □□□□□

Tiempo de preparación: 20min , Tiempo de cocción: 30min
Tiempo total: 50min , Número de porciones: 10

0 Calorías , **0 g** Azúcares , **0 g** Grasas , **0 g** Proteínas

Autor: Maria

Url: <https://srecetas.es/croquetas-de-coliflor-queso-y-patatas>

Preparación

Cocine las papas en agua con sal. Cuando estén blandas, retirarlas con un filtro, dejar el agua y poner a hervir el coliflor durante 2-3 minutos; luego escurrir. Cuando esté todo frío(se puede cocinar el día anterior, o usar sobras)haga un puré de patatas y pique finamente el coliflor. Mezcle todos junto en un tazón y agregue los otros ingredientes - perejil, yema de huevo, aceite de oliva y ambos quesos. Condimente con sal y pimienta a gusto. Forme croquetas alargadas. Pase cada una por harina, huevo y pan rallado, en ese orden. Precaliente aceite y Fria las croquetas en tandas; si lo hace en una sartén, vaya girándolas de manera que se cocinan de manera uniforme en todos los lados. Después de freír, colóquelas en papel absorbente. Servir con salsa alioli. *** Esta salsa es una versión más corta y ligera del alioli tradicional, que se realiza como mayonesa, yema de huevo y aceite de oliva, con patatas cocidas o pan. Con el final, pero una buena mayonesa, acelera el proceso de preparación, y la adición de ajo asado (se puede cocer al horno antes) será de interés para aquellos que perturban el olor del ajo

Ingredientes

- 250 grs. Patatas
- 200 grs. Coliflor
- 1 1/2 taza de Perejil picado
- 1 Yema de huevo
- 1 cucharada/s Aceite de oliva
- 1 taza/s Queso Parmesano rallado
- 1/2 taza de Mozzarella
- Sal a gusto
- Pimienta a gusto
- 2 Huevos
- 1/3 taza/s Harina 000
- 2/3 taza/s Pan rallado

Categorías

Un día normal, Vegetales, Comida para todos los días, Plato Principal

crudo. salsa alioli de ajo asado con fuente que el anterior

▫ **Tip para la receta**

Servir con salsa alioli. Le brindamos esta versión de esta salsa que es más corta y ligera que el alioli tradicional, que se realiza como mayonesa, yema de huevo y aceite de oliva, con patatas cocidas o pan. Al final, una buena mayonesa acelera el proceso de preparación, y puede añadir ajo asado (se puede cocer al horno antes) será de interés para aquellos a quienes no les gusta el olor del ajo crudo.

