

Εύκολες σπιτικές κροκέτες πατάτας στο φούρνο



Ένα

σνακ για μικρούς και μεγάλους, το οποίο δεν έχει τηγανιστεί και περιέχει πολύ λιγότερα λιπαρά σε σχέση με τις κλασικές τηγανιτές κροκέτες.

Υλικά

½ κιλό πατάτες

2 αυγά

3 κουταλιές της σούπας αλεύρι ολικής άλεσης

150γρ. φέτα χαμηλών λιπαρών

1 κουταλιά της σούπας μαργαρίνη

½ φλιτζάνι μαϊντανό ψιλοκομμένο

Αλάτι, πιπέρι

Εκτέλεση

Καθαρίζουμε και κόβουμε τις πατάτες σε μέτρια κομμάτια και τις βράζουμε μέχρι να μπορούμε να τις τρυπήσουμε με ένα πιρούνι. Τις στραγγίζουμε και τις λιώνουμε. Προσθέτουμε τα αυγά, τη μαργαρίνη, αλάτι, πιπέρι, το μαϊντανό και το τυρί τριμμένο στον τρίφτη. Ανακατεύουμε καλά και στη συνέχεια ρίχνουμε λίγο από το αλεύρι προκειμένου να πάρουμε μια ζύμη που να μπορούμε να τη

ζυμώνουμε με το χέρι. Ζυμώνουμε σε μικρά μπαλάκια και ρολάρουμε στο υπόλοιπο αλεύρι. Ψήνουμε σε προθερμασμένο φούρνο στους 200 βαθμούς μέχρι να ροδίσουν.

Πηγή: neadiatrofis.gr