12 Σεπτεμβρίου 2015

Κροκέτες Ψαριού



3 φλιτζάνια τσαγιού

λευκό ψάρι (μαγειρεμένο χωρίς κόκκαλα)

1 φλιτζάνι τσαγιού ψιλοκομμένο μαϊντανό

3 φρέσκα κρεμμυδάκια ψιλοκομμένα

1 φλιτζάνι τσαγιού φρυγανιά τριμμένη

2 αυγά

1 – 11/2 φλιτζάνι τσαγιού αλεύρι για όλες τις χρήσεις

2-3 σκελίδες σκόρδο ψιλοκομμένο

Ηλιέλαιο για το τηγάνισμα

Εκτέλεση:

Ψιλοκόβουμε το μαγειρεμένο ψαράκι που επιλέξαμε και το βάζουμε σε ένα μεγάλο μπολ.

Προσθέτουμε τα κρεμμυδάκια, τον μαϊντανό, το σκόρδο, την φρυγανιά, τα αυγά χτυπημένα και στο τέλος το αλεύρι (τόσο όσο να γίνει ένα ελαφρώς πηχτό μείγμα).

Το βάζουμε στο ψυγείο για 60 λεπτά και στη συνέχεια πλάθουμε το μείγμα μας σε στρογγυλά ή στενόμακρα σχήματα.

Σε ένα αντικολλητικό τηγάνι βάζουμε το λάδι και μόλις κάψει ξεκινάμε να τηγανίζουμε τις κροκέτες.

Κατά την διάρκεια του τηγανίσματος χαμηλώνουμε λίγο την φωτιά για να μην μας αρπάξουν.

Μόλις ροδίσουν καλά είναι έτοιμες, τις βγάζουμε και τις τοποθετούμε σε απορροφητικό χαρτί να φύγει το περιττό λάδι.

Πηγή:ikypros.com