8 Οκτωβρίου 2015

Κροκέτες με σπανάκι

/ Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός



Συστατικά

- 800 γρ. σπανάκι, πλυμμένο στεγνωμένο και καθαρισμένο
- 100 γρ. ρικότα
- 10 γρ. βούτυρο
- 3 κρόκους αυγών
- 1/2 κ.γ. τριμμένο μοσχοκάρυδο
- 1/2 κ.γ αλάτι
- 125 γρ. τριμμένη παρμεζάνα
- ηλιέλαιο
- 25 γρ. αλεύρι
- 2 αυγά χτυπημένα
- 100 γρ. τριμμένη φρυγανιά

Clock
Image not found or type unknown
30 λεπτά
Χρόνος Εκτέλεσης

Shares
Image not found or type unknown

16
Μερίδα/ες

Difficulty

Image not found or type unknown
1
Βαθμός Δυσκολίας
Μέθοδος Εκτέλεσης

- Αν η ρικότα είναι πολύ υγρή βάζουμε μία πετσέτα και τη σφίγγουμε για να στραγγίξει.
- Λιώνουμε το βούτυρο σε ένα μεγάλο τηγάνι και μόλις αρχίσει να λιώνει, προσθέτουμε το σπανάκι σιγά σιγά περιμένοντας να μαραθεί στο ενδιάμεσο
- Μόλις μαραθεί το περνάμε και από ένα σουρωτήρι μέχρι να φύγουν τα επιπλέον υγρά του. Σε αυτό το σημείο είναι πολύ σημαντικό να στύψουμε καλά σε αυτό το σημείο.
- Βάζουμε το σπανάκι στο πολυμηχάνημα με τα μαχαίρια μαζί με τη ρικότα, τους κρόκους, το μοσχοκάρυδο, αλάτι και πιπέρι και χτυπάμε μέχρι να γίνουν μια ωραία πάστα. Βάζουμε και την παρμεζάνα.
- Σχηματίζουμε το μείγμα μας σε 16 κροκέτες (σχήμα βαρελιού)
- Το βάζουμε σε ένα ταψί με λαδόκολλα, σκεπάζουμε με μία μεμβράνη και το αφήνουμε στο ψυγείο για 2 ώρες.
- Για να τα τηγανίσουμε, βάζουμε ηλιέλαιο σε ένα τηγάνι, αφήνουμε να κάψει το λάδι καλά.
- Στο μεταξύ ετοιμάζουμε 3 πιάτα. Ένα με μία χούφτα αλεύρι, ένα με τα χτυπημένα αυγά και ένα με τη τριμμένη φρυγανιά.
- Βουτάμε τις κροκέτες μας πρώτα στο αλευρί, μετά στο αυγό και μετά στη φρυγανιά.
- Τηγανίζουμε για 5 λεπτά μέχρι να πάρουν ένα ωραίο χρυσαφί χρώμα και να γίνουν τραγανές.
- Όταν τις βγάλουμε τις ακουμπάμε σε ένα χαρτί για να απορροφηθεί το λάδι και τις σερβίρουμε ζεστές.

Πηγή: akispetretzikis.com