

Croquetas de Lentejas

Ingredientes

5 unidades

1. 1 taza y media lentejas preparadas
2. 4-5 cdas harina de trigo o de maíz
3. 1 diente ajo triturado
4. Orégano al gusto
5. Aceite necesario

Paso a paso

20 min

1. 1

Elimina de las lentejas: cebolla, cebollín.. Luego la cuelas reservando el líquido.

2. 2

Lleva las lentejas a la licuadora, coloca un poquito de su líquido, agrega el ajo triturado y el orégano y, licúa hasta que la mezcla sea homogénea.

3. 3

Coloca la mezcla en un bol, de acuerdo a la consistencia, agrega las cdas de harina necesarias y mezcla bien hasta lograr una consistencia suave y firme. Forma bolitas ayudada con una cuchara.





4. 4

Impregna tus manos con aceite, toma cada bolita y dale forma aplastando un poco y, así hasta terminar. Calienta una parrilla o sartén untada con aceite, y coloca a dorar las croquetas por ambos lados. Y... Buen provecho!



Cookpad.com