

Petite recette

Croquetas de espinacas, queso y pasas

👤 6 ⌚ 90 minutos 🏠 Fácil ☆☆☆☆

🛒 Ingredientes

- ➡ 600 gr de espinacas
- ➡ 70 gr de pasas sultanas
- ➡ 50 gramos de mantequilla
- ➡ 150 gr de harina
- ➡ 500 ml de leche
- ➡ 3 yemas de huevo
- ➡ 50 gr de queso parmesano rallado
- ➡ dos cucharadas de requesón
- ➡ nuez moscada
- ➡ sal y pimienta

🛒 Ingredientes para el rebazado

- ➡ 1 huevo
- ➡ pan rallado
- ➡ harina
- ➡ aceite de oliva

👨‍🍳 Manos a la masa

Comenzamos poniendo las pasas a remojar en agua templada para que se hidraten. Lavamos las espinacas y las ponemos a cocer durante cinco minutos, con el propio jugo que sueltan, hasta que estén tiernas.

En una sartén grande ponemos a fundir la mantequilla, añadimos la harina que dejaremos tostar durante tres minutos a fuego medio y añadimos la leche gradualmente. La clave de esta masa está en la perfecta fusión de la mantequilla, harina y leche, por lo que es conveniente añadir la leche a temperatura ambiente y poco a poco. No verter la leche hasta que observemos que la anterior ha espesado y se ha integrado perfectamente.

Una vez integrada añadimos los quesos, sazonomos con sal, pimienta y nuez moscada al gusto sin dejar de remover. Retiramos la sartén del fuego e incorporamos las yemas de huevo una a una. Escurrimos las pasas y las espinacas picadas y las

añadimos también. Vertemos toda la mezcla en una fuente alargada y dejamos enfriar.

Cuando la masa esté fría le damos forma, la rebozamos primero en harina, después en huevo batido y finalmente en pan rallado. Freímos a fuego muy caliente en la sartén y las pasamos a un plato con papel absorbente para quitar el aceite sobrante.

Son exquisitas sin acompañamiento pero se pueden bañar en tomate natural triturado con un chorrito de aceite de oliva y sal.

💬 Trucos

- Las espinacas deben rehogarse sin agua añadida para mantener su sabor al máximo.
- La leche para la bechamel debe estar templada e incorporarse poco a poco cuando la masa sea homogénea y espesa.
- El aceite debe estar bien caliente antes de comenzar a freír.

