



Disfruta Deliciosas

## RECETAS

### Van Camp's

Inspírate a preparar deliciosos platos con atún

# Croquetas de sardinas

 15 Minutos  Baja  4 Personas

## INGREDIENTES

- 1 cebolla roja
- 2 dientes de ajo
- 2.5 cucharadas de harina
- 2 huevos
- 1 taza de miga de pan
- 1 taza de leche
- 1 botella de aceite
- Sal y pimienta al gusto
- 1 lata de sardinas Van Camps en tomate

## PREPARACIÓN

Recetas Van Camp's. Croquetas de sardinas.

Picar la cebolla y el ajo finamente. Poner cuatro cucharadas de aceite en un sartén y freír a fuego lento la cebolla y el ajo. Abrir la lata de sardinas Van Camp's, reservar la salsa de tomate en un recipiente. Deshuesar las sardinas y desmenuzar con un tenedor. Cuando la cebolla comience a dorarse incorporar la harina y cocinar por unos minutos.

Agregar las sardinas Van Camp's al sartén y mezclar todo bien. Añadir una pizca de sal y pimienta negra molida. Añadir la leche poco a poco sin dejar de revolver hasta obtener una masa cremosa. Cuando la masa pueda despegarse fácil del sartén, ya está lista. Tener en cuenta que al enfriar se espesa, pero debe quedar muy líquida, ya que después no se podrán armar las croquetas. Dejar que la masa se enfríe un poco y tapar bien con papel plástico film.

Formar las croquetas y pasar por el huevo batido y luego por la miga de pan. Repetir hasta terminar la masa. Calentar el aceite y freír las croquetas. Sacar cuando este doradas y ponerlas sobre papel absorbente. Servir las croquetas acompañadas de salsa de tomate. Una sencilla y deliciosa receta con sardinas Van Camp's.

Give it 4/5

