



Croquete de carne desfiada



Rendimento

12 porções (24 unidades)



Tempo de preparo

00:50

Ingredientes

Nome do Ingrediente	Medida Caseira	Peso/Volume
Azeite de Oliva Tipo Único TERRANO®	2 colheres (sopa)	30 ml
Cebola (picada)	1 unidade pequena	100 g
Alho (picado)	2 dentes	6 g
Tomate (picado, sem sementes)	1 unidade grande	170 g
Alcatra bovina (cozida e desfiada)	3 e meia xícaras (chá)	350 g
Caldo SAZÓN® Profissional Carne	4 e meia colheres (chá)	22,5 g
Água	2 xícaras (chá)	400 ml
Leite	1 e meia xícara (chá)	300 ml
Gema de ovo	2 unidades	40 g
Manteiga sem sal	1 colher (sopa)	15 g
Farinha de trigo	2 xícaras (chá)	220 g
Cebolinha-verde (picada)	meia xícara (chá)	20 g
Farinha de rosca	1 e meia xícara (chá)	210 g

Modo de Preparo

- 1.** Em uma panela média, coloque o Azeite TERRANO™ e leve ao fogo alto para aquecer. Junte a cebola e o alho, e refogue por 2 minutos, ou até a cebola amolecer. Acrescente o tomate e refogue por mais 2 minutos, ou até o tomate começar a desmanchar. Adicione a carne, o Caldo SAZÓN® Profissional, a água, o leite, a gema e a manteiga, e cozinhe por mais 5 minutos, ou até ferver.
- 2.** Junte a farinha de trigo aos poucos, sem parar de mexer, e cozinhe por 7 minutos, ou até obter uma massa que desgrude do fundo da panela. Acrescente a cebolinha-verde e misture. Retire do fogo e deixe esfriar.
- 3.** Modele os croquetes de, aproximadamente, 58 g de massa, e passe-os pela farinha de rosca. Frite-os em imersão, no óleo quente, por 5 minutos, ou até dourarem por todos os lados. Escorra em papel toalha e sirva em seguida.