

Croquettes de Thon

Nombre de personnes: 6

Temps de préparation: 40 minutes

Ingrédients:

- THON(S)	150g au naturel
- POMME(S) DE TERRE	1 grosse pour purée
- ÉCHALOTE(S)	1/2
- GOUSSE(S) D'AIL	1
- PERSIL	
- PAPRIKA	un peu
- OEUF(S)	1
- BEURRE	1 noisette
- NOIX DE MUSCADE	
- CHAPELURE	
- HUILE POUR FRITEUSE	pour la cuisson
- SEL	
- POIVRE	

Recette:

- Pelez et coupez la pomme de terre. Faites-la cuire dans de l'eau bouillante salée pendant 15-20 minutes. Egouttez puis réduisez en purée en ajoutant uniquement une noisette de beurre, sel, poivre et muscade. Réservez et laissez refroidir 15-20 minutes.
- Egouttez le thon.
- Emincez finement l'échalote et l'ail.
- Emiettez le thon à la fourchette avec l'échalote et l'ail. Incorporez également le paprika, l'œuf, sel et poivre.
- Lorsque la purée est refroidie, intégrez-la au mélange au thon. Homogénéisez le tout.
- Formez alors des croquettes et roulez-les délicatement dans la chapelure. Réservez au frigo jusqu'au moment de la cuisson.
- Chauffez l'huile dans un caquelon.
- Plongez-y délicatement les croquettes et retournez-les lorsqu'elles sont bien dorées. Egouttez sur du papier absorbant avant de servir.

Remarque:

Pour 6 croquettes

Accompagnez d'une salade verte et de sauce tartare.

