



Bitterballen & Kroketten

Kabeljauwkroketten - Croquetas de bacalao



10 STUKS

🕒 45 minuten

DIT HEB JE NODIG:

voor de vulling

- 225 g kabeljauwfilet
- 3 el extra vierge olijfolie
- 1 kleine ui
- 3 teentjes knoflook
- 30 g bloem
- 240 ml magere melk 240 ml
- 2 el verse peterselie, gehakt

voor het paneerwerk

- 60 g bloem
- 2 eieren
- 120 g paneermeel
- 240 ml olijfolie
- zeezout
- zwarte peper

om te serveren

- verse peterselie, als garnering

MATERIAAL: keukenpapier

ZO MAAK JE HET:

1. Vul een steelpan half met water, kruid met zeezout en verhit op hoog vuur, voeg bij het koken de kabeljauw toe en bak 5 tot 6 minuten of tot het helemaal gaar is, giet dan af in een vergiet, doe de kabeljauwfilet over op een snijplank en hak hem grof.
2. Zet deze apart.
3. Verwarm een grote koekenpan op middelhoog vuur en voeg 3 eetlepels extra vierge olijfolie toe.
4. Snijd ondertussen de ui en knoflook fijn, voeg het vervolgens toe aan de hete koekenpan, meng continu, na 3 tot 4 minuten voeg je de bloem toe, meng continu.
5. Na 2 minuten ga je langzaam de melk toevoegen, terwijl je steeds mengt, zodra alle melk is toegevoegd, voeg je de gesneden kabeljauw en gehakte peterselie toe en kruid je met zeezout en zwarte peper.
6. Blijf nog 4 tot 5 minuten mengen of tot je een dikke pasta hebt, zorg ervoor dat je het mengsel vouwt terwijl je het mengt, haal het dan van het vuur en doe het in een kom, dek het af met folie en zet het apart
7. Terwijl het mengsel afkoelt, breek je de eieren in een kom, breng je het op smaak met zeezout en zwarte peper en klop je het samen, voeg je de paneer toe aan een tweede kom en de bloem in een derde kom.
8. Als het mengsel koel genoeg is om te hanteren, vorm dan de kroketten, pak een lepel en vorm het tot een bal of een blok, ongeveer zo groot als een golfbal of ei.
9. Als je mengsel te plakkerig is, voeg dan wat paneermeel toe en meng het, of zet het mengsel ongeveer 30 minuten in de koelkast of vriezer.
10. Als alle kroketten gevormd zijn, bedek je ze eerst met bloem, daarna met het ei en tot slot met de paneermeel, waarbij je ervoor zorgt dat ze rondom volledig bedekt zijn in elke fase.
11. Verwarm een grote koekenpan op middelhoog vuur en voeg de olijfolie toe.
12. Als de olie lekker heet is, voeg je de kroketten toe, in één laag, 1 minuut per kant of tot ze overal goudbruin gebakken zijn, haal ze dan uit de pan en leg ze op een bord met keukenpapier, serveer warm of op kamertemperatuur.

BRON: spainonafork.com