

Recette SALÉE

Nombres de personnes : 4 - Temps de préparation : 15 mn

Cuisson : 4 mn - Difficulté : Facile



Croquettes de poulet

> Préparation

- Dans une poêle, attendrissez le poivron et l'ail dans le beurre. Versez dans un bol. Ajoutez le poulet, la purée de pommes de terre, le cheddar, les oignons verts, le persil, le sel et le poivre. Mélangez bien.
- Façonnez 8 croquettes. Farinez-les, trempez-les dans l'oeuf puis enrobez-les de chapelure.
- Dans une poêle, faites cuire les croquettes dans le beurre et l'huile à feu moyen jusqu'à ce qu'elles soient bien dorées soit environ 3 à 4 minutes de chaque côté. Servez aussitôt.

Ingrédients

- 1/2 tasse de poivron rouge, coupé en dés
- 1 gousse d'ail, hachée
- 1 c. à soupe de beurre
- 2 tasses de poulet cuit, haché grossièrement
- 1.5 tasse de purée de pommes de terre
- 1/2 tasse de cheddar fort, râpé
- 2 oignons verts, émincés
- 1 c. à soupe de persil plat, ciselé
- Sel et poivre
- 1/4 tasse de farine
- 1 oeuf battu
- 1 tasse de chapelure
- 1 c. à soupe de beurre
- 1 c. à soupe d'huile d'olive