

CROQUETES DE LENTILHAS



Ingredientes: 200 grama de lentilhas (DEMOLHADAS 4 HORAS)
50 grama de pistachios
1 colher de chá de sal
2 colher de sopa de coentros frescos
1 unidade de alho
1 colher de chá de piri piri
2 colher de sopa de farinha integral
150 mililitro de oleo amendoim

Instruções de preparação:

Coloquei tudo numa picadora e moí grosseiramente até fazer uma pasta. Moldei pequenos croquetes, rende cerca de 12. Aqueci bem o óleo, que não precisa ser muito, porque temos de virar diversas vezes até dourar por todo. Voilá! Uma receita fácil, económica e rápida.

Comemos tudo, mas ficou a foto...

Sugestões Adicionais: