



## Croquete de Abobrinha

[www.receitasdafia.com/receitas/croquete-de-abobrinha](http://www.receitasdafia.com/receitas/croquete-de-abobrinha)

Que tal um croquete delicioso e nutritivo de abobrinha para deliciar no almoço ou no jantar? Aprenda a fazer essa receita fácil e rápido hoje todos vão amar!

Croquete de Abobrinha

 30 min

 10 porções

### Ingredientes

- 300g de [abobrinha](#) ralada no ralo grosso
- 30g de [cebola](#) picada
- 1 gema
- 50g de queijo [muçarela](#) ralada no ralo grosso
- 50g de [farinha de trigo](#)
- Sal a gosto
- Pimenta-do-reino moída a gosto
- 250g de [farinha de rosca](#) para empanar
- Salsinha picada a gosto
- Hortelã picada a gosto

### Modo de Preparo

1. Coloque a abobrinha ralada em um pano de prato e esprema bem com as mãos para deixar a abobrinha bem sequinha.
2. Transfira para uma tigela e adicione a cebola picada, 1 gema, o queijo muçarela ralado, a farinha de trigo e tempere com sal e pimenta-do-reino moída a gosto, salsinha e folhas de hortelã picadas a gosto.
3. Misture bem faça porções de mais ou menos 1 colher de sopa, modele em formato de croquete e passe na farinha de rosca.
4. Frite em uma panela com óleo quente até dourar. (Mais ou menos 2 minutos).
5. Retire da panela com uma escumadeira, coloque em um prato com papel-toalha.
6. Bom Apetite!