

Es pot decorar amb maduixes confitades amb oli i sucre glaç fetes al forn a 90°C, però gasta molta energia, ja que es necessita 1:30h per una banda i 30 minuts per una altra.

CROQUETES DE MILL BLAT DE MORO O CIGRONS



Ingredients:

- 125 g de mill rentat
- 2 culleres soperes de crema de cacahuet.
- 325 ml brou de pollastre natural.
- 60 g d'espínacs
- 1 ceba
- 2 grans d'all
- 3 culleres soperes oli oliva extra verge
- Sal marina i un xic de safrà o cúrcuma.

Preparació:

Posa a escalfar el brou juntament amb la sal i el safrà o la cúrcuma en un cassó.

Aprofita per rentar el mill amb un colador i torra'l fins que se li vagi la humitat i quedi solt de nou, sense arribar a canviar de color. Afegeix el al cassó, tapa'l i deixa'l coure durant 25 minuts. Aprofita per pelar i tallar la ceba i l'all i cuina'ls a foc lent, fins que la ceba quedi transparent i l'all no cremat. Afegeix els espínacs i deixa tot junt entre 3 a 5 minuts més.

Tritura el mill sense brou, afegeix la crema de cacahuet i barreja tot junt a la paella. Si es desitja es pot xafar o trinxar tot una mica. Deixa refredar la barreja. A continuació humiteja les teves mans amb oli i dóna a la massa forma de croquetes. Passa un pinzell amb oli abans de dorar-les al forn durant 5 a 10 minuts.

Anotacions:

Si no tens mill o no t'agrada pots fer servir sèmola de blat de moro o bé cigrons ja cuits, llavors el brou no et caldrà.