

Tonijn **croquetas**



3 mensen

10 min voorbereiding

15 min koken

De ingrediënten

2 blikjes van 80g Saveurs de la Garrigue la belle-iloise Tonijnvlokken
1 glaasje van 95g la belle-iloise Rouille knoflook en Chilisaus
1 kleine aardappelpuree (100g)
2 snufjes gehakte basilicum
1 ei
6 eetlepels paneermeel (30g)
2 kleine tomaten (150 g)
1 lente-ui (50g)
2 kleine handjes sla (100g)
2 snufjes zout
4 eetlepels vinaigrette (20g)
Bakolie

De fasen

- 1- Kook de geschilde aardappelen, in 4 stukken gesneden, in gezouten water
- 2- Pureer met een vork
- 3- Voeg de verkrumelde tonijn en basilicum toe
- 4- Vorm 6 kleine pasteitjes van 1 cm dik
- 5- Bestrijk de pasteitjes met paneermeel: doop ze in het losgeklopte ei en vervolgens in de paneermeel; herhaal het proces nog een keer voor een lekker krokant omhulsel
- 6- Bak de pasteitjes op 180° tot ze mooi gekleurd zijn
- 7- Serveer warm met een aangeklede salade, gesneden tomaten, uien en rouillesaus in een schaal