



## ***Croquettes de thon, fromage et pommes de terre***

[AIRFRYER \(FRITEUSE À AIR\) - POISSONS - RECETTES](#)



NOMBRE DE PORTION : 20

---

TEMPS DE PRÉPARATION : 20 MIN

---

TEMPS DE CUISSON : 15-20 MIN

---

TEMPS DE REPOS :

---

DEGRÉ DE DIFFICULTÉ: MOYEN

---

CONGÉLATION: OUI

## Ingrédients

---

### **Croquettes de thon :**

- 2 conserves de thon, égouttées
- 3-4 pommes de terre, cuites et pelées
- 1 1/2 tasse de fromage en grains, coupé grossièrement (vous pouvez prendre du fromage râpé au choix, pour plus de goût, optez pour le cheddar)
- 1 échalote française, hachée
- 1 petite poignée de persil frais, ciselé
- 1 c. thé de poudre d'ail
- 2 gousses d'ail, hachées finement
- 1/2 poivron rouge, coupé en petits dés
- Sel et poivre

### **Panure :**

- 4 -5 œufs, fouettés
- 1/2 tasse de farine
- 2 tasses (ou plus) de chapelure assaisonnée à l'italienne
- Huile à friture

### **Sauce :**

- 1 tasse de crème sûre

- Le jus d'un demi citron
- 4 c. table de ciboulette , ciselée
- Sel et poivre

## Préparation

---

1. Dans un grand bol, écraser les pommes de terre en purée.
2. Ajouter tous les autres ingrédients des croquettes et bien mélanger. N'hésitez pas à utiliser vos mains pour créer une pâte.
3. Former 20 boules. Presser fermement pour qu'elles se tiennent bien.
4. Rouler chaque boule dans la farine.
5. Rouler ensuite chaque boule dans l'œuf suivi de la chapelure.
6. Rouler de nouveau dans l'œuf et encore dans la chapelure.
7. Faire chauffer l'huile à 360 F.
8. Pendant que l'huile chauffe, préparer votre sauce en mélangeant tous les ingrédients de cette dernière. Réserver.
9. Plonger 5-6 boules à la fois dans l'huile chaude jusqu'à ce qu'elles soient bien dorées. Déposer les boules sur un papier absorbant et continuer jusqu'à ce que toutes les boules soient cuites.
10. À cette étape, vous pouvez congeler les boules et les réchauffer au four au moment de les consommer ou les manger tout de suite avec un peu de sauce et une bonne salade.

### **CUISSON au Airfryer**

1. Suivre la méthodologie plus haut jusqu'à l'étape 6.
2. Préchauffer le Airfryer à 400 F.
3. Faire dorer les boulettes au Airfryer pendant 10-12 minutes ou jusqu'à ce que la panure soit bien dorée. Laisser reposer avant de déguster pour éviter de vous brûler.