

CROQUETTES DE SAUMON



Ingrédients

SAUMON EN CONSERVE	418 g	CHAPELURE PANKO	1/3 tasse
CHAMPIGNONS	227 g	ANETH PURÉE	1 c. à thé
OIGNON JAUNE	1 un		
HUILE DE CANOLA	1 c. à soupe	RIZ BRUN GRAINS ENTIERS	1/2 tasse
JUS CITRON CONCENTRÉ	2 c. à soupe	SEL	1/2 c. à thé

Méthode

- **Cuire le riz et réserver**
- **Faire revenir dans l'huile l'oignon et les champignons finement hachés**
- **Ajouter tous les autres ingrédients et mélanger**
- **Bien compacter le mélange et en faire des boulettes**
- **Cuire au four à 400°F de 15 à 20 minutes**

