

La table

Sauce béchamel



LES INGREDIENTS

Lait : 0,5 l, Farine : 40 g, Beurre : 60 g, Noix de muscade râpée, sel et poivre

Porter le lait à ébullition. Réaliser un roux blanc : faire fondre le beurre dans une casserole, puis ajouter la farine et bien mélanger. Laisser ensuite refroidir. Verser le lait bouillant sur le roux froid, fouetter et remettre à cuire jusqu'à ce que la sauce épaisse (environ 10 min). Ajouter alors la crème et assaisonner avec du sel, du poivre et un peu de noix de muscade râpée.

Retrouvez des conseils et toutes les recettes sur www.latable.no

La table



Sauce béchamel



LES INGREDIENTS

Melk : 0,5 l, Mel : 40 g, smør : 60 g, Muskat, salt og pepper

Varm melken til den bobler.

Smelt i mens smøret i en kasserolle på lav varme. Ha i melet og pisk godt med en visp kontinuerlig

Ta kasserollen av varmen og spe med den varme melka i flere omganger.

Rør i salt, pepper og litt malt muskatnøtt. Kok på svak varme i 10 minutter.

Retrouvez des conseils et toutes les recettes sur www.latable.no