

Les bases

SAUCE BÉCHAMEL, RECETTE FACILE

INGRÉDIENTS

- 1/2 litre de lait
- 35 grammes de beurre
- 35 gr de farine
- sel
- poivre
- noix de muscade

PRÉPARATION

Mettre le lait à bouillir. Pendant ce temps, dans une casserole, faire fondre le beurre. Dès qu'il "grésille", ajouter d'un coup la farine et mélanger.

Laisser cuire 2 minutes ce mélange qu'on appelle le "roux", sans pour autant qu'il roussisse.

Ajouter le lait bouilli à la préparation, et mélanger, jusqu'à ce qu'il épaississe.

Lorsque la béchamel à la consistance souhaitée, sortir du feu. Saler, poivrer, ajouter de la noix de muscade, et votre béchamel est prête !

TEMPS DE PRÉPARATION : 2MN

TEMPS DE CUISSON : 10MN

TEMPS TOTAL :12MN