

BECHAMELSAUCE

Bechamelsauce, schnell und einfach zubereitet. Eine vielseitig einsetzbare Basis- Sauce die nach belieben erweitert werden kann.

Arbeitszeit: 20 Min.

Niveau: Einfach

Zutaten ca. 300g

250 g Milch laktosefrei

30 g Butter

15 g Maizena

Salz, Pfeffer, Muskatnuss, Paprika

Vorbereitung

- Maizena mit etwas kaltem Wasser anrühren

Zubereitung

- ✓ Milch und Butter aufkochen
- ✓ Das mit Wasser angerührte Maizena langsam unter ständigem rühren begeben.
- ✓ die Sauce unter ständigem rühren nochmals zum kochen bringen
- ✓ nach belieben würzen

Um die gewünschte Konsistenz zu erreichen, kann man nach belieben etwas mehr abbinden oder Milch nachgiessen. Achtung: kühlt die Sauce ab, bindet sie stark nach. Es empfiehlt sich die Sauce vor dem verarbeiten, deshalb etwas abkühlen zu lassen.

Als Tipp: auch im kalten zustand kann man Flüssigkeit begeben.