

SAUCE BECHAMEL



REALISATION DE LA SAUCE BECHAMEL

La **sauce béchamel** est un classique incontournable de la cuisine. Vous trouverez de la sauce béchamel toute prête, mais essayez et avec un peu d'entraînement une **sauce béchamel** se fait en moins de 10 minutes et elle est bien meilleure que toutes celles que vous trouverez au supermarché du coin. Nature, il suffit de peu pour aromatiser la sauce béchamel pour qu'elle s'harmonise parfaitement au plat qu'elle doit accompagner. La sauce béchamel est un roux blanc servant de fond de sauce pour une sauce forestière, une sauce de blanquette ...

LES INGRÉDIENTS DE LA RECETTE :

30 G DE BEURRE

30 g de farine 50 cl de lait Une pincée de noix de muscade Sel et poivre

LES ÉTAPES DE LA RECETTE

Couper le beurre en morceaux et le mettre à fondre dans la casserole. Ajouter la farine en pluie et remuer avec une cuillère en bois ou une spatule, le roux commence à prendre, il devient mousseux, mais il ne doit pas brunir. Incorporer progressivement le lait au roux blanc pour "monter" la sauce béchamel. Fouetter vivement pour éviter la formation de grumeau. Saler, poivrer et ajouter la noix de muscade et fouetter la **sauce béchamel** pour qu'elle devienne lisse et homogène. Faire cuire la béchamel 5 minutes environ sans cesser de tourner, la béchamel doit épaissir. La béchamel est prête.

DES PRODUITS 10 DOIGTS POUR LA CUISINE



Moule chocolats - 12 motifs

6,49 €

Réf : 01292



Emporte-pièces métal - Motifs au choix

à partir de

1,99 €

à partir de

1,59 €



Manique de cuisine en coton blanc surpiqué

à partir de

2,69 €



Tablier en coton avec poche

à partir de

4,74 €



Toques de chef en non-tissé blanc - Taille enfant

à partir de

0,69 €



Dessous de verre rond en bois

à partir de

3,19 €



Sac à tarte en coton

Retrouver mon matériel sur le site 10doigts.fr