Bechamelsauce

SÆSON: Hele året

TIL: ca. 6 dl / 4 pers.

TID: 20 min.

DET SKAL DU BRUGE:

4 spsk mel

3 spsk smør

5 dl mælk

1 muskatnød eller 1 tsk stødt muskatnød.

Tilsmagning

Salt, peber, eddike

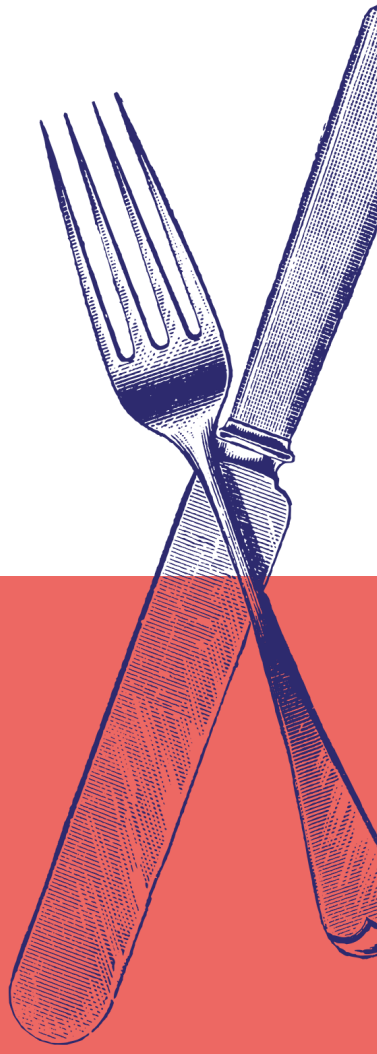
Evt. mere muskat eller 100 g revet ost, fx cheddar, parmesan eller en tredje ost .

SÅDAN GØR DU:

1. Smelt smørret i en lille eller mellem gryde.
2. Tilsæt muskatnød (bruger du en hel skal den rives først) og rør rundt.
3. Tilsæt melet og rør rundt. Rør ca. i 1 min. så melet afbages.
4. Hæld mælken i af flere gange. Efter hver gang piskes der godt til mælken er optaget og saucen er jævn.
5. Når al mælken er tilsat, skal saucen koge 5 min. mens du pisker stille og roligt.
6. Smag din bechamelsauce til med salt og peber.

Tilsmaging

1. Smag evt. til med mere muskat, revet ost eller lidt eddike.



TIPS OG TRICKS

- En bechamelsauce med ost kaldes en mornaysauce.
- Rester af en bechamelsauce kan bruges til at lave persillesovs eller en pastaret.