

Ingrediënten voor 1 personen

350 ml halfvolle melk - 20 gr
bloem - 15 gr boter - peper -
muskaatnoot - zout

Tijd: 0-10 min.
Keuken: Belgisch
Smaak: Neutraal
Soort_gerecht: Saus/dressing
Eigen_keuken: Nee
Vegetarisch: Nee

Bechamelsaus

Kcal. 30 per eetlepel saus

Bereidingswijze

De boter smelten, de bloem toevoegen en goed roeren -- de pan van het vuur nemen en geleidelijk de melk toevoegen -- terug op het vuur zetten en blijven roeren tot de saus dik -- op smaak brengen met de kruiden