

Béchamelsauce: den Klassiker zubereiten

VORBEREITEN

5
Min.

ZUBEREITEN

15
Min.

NIVEAU



Zutaten für 4 Portionen

50 g Butter
50 g Mehl
450 ml Milch
Salz, Pfeffer

Sie gehört zu den absoluten Klassikern unter den Saucen: die Béchamelsauce. Und das zu Recht, denn diese weiße Sauce kann so einiges. Ob als Teil der Lasagne, zum Gemüse oder zu so ziemlich jedem anderen Gericht, dem noch ein bisschen was Flüssiges fehlt: Béchamel is the answer.

Damit du genau weißt, was reingehört und wie der Klassiker gelingt kommt hier das Grundrezept für deine Sauce.

- 1 -

Milch erwärmen und in einen Messbecher (oder ähnliches Gefäß) füllen.

- 2 -

Butter in einem Topf bei mittlerer Stufe schmelzen. Mehl hinzufügen und mit der Butter verrühren. Mischung etwa 5-8 Minuten unter konstantem Rühren eindicken lassen, bis ihre Konsistenz an weiches Rührei erinnert.

- 3 -

Ein paar Esslöffel Milch hinzufügen und mit einem Schneebesen verquirlen, bis sich die Mehlmasse auflöst. Nach und nach übrige Milch untermengen, dabei kräftigiterrühren. Je nach gewünschter Konsistenz brauchst du evtl. etwas weniger Milch als in der Zutatenliste angegeben. Die fertige Béchamel mit Salz und Pfeffer oder weiteren Zutaten würzen.