



## Sauce béchamel



4 pers



05 mn



### Les ingrédients

- 40 g de beurre
- 60 g de farine
- 500 g de lait
- Sel, poivre
- Noix de muscade

### La recette

#### Etape 1

Ajouter 500 g de lait demi-écrémé, 60 g de farine, 40 g de beurre coupé en morceaux dans le bol.

#### Etape 2

Assaisonner à votre convenance, 1 c à c. de sel, 1 pincée de sel, 1 pincée de muscade

#### Etape 3

Faire cuire 7 min.

