

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.