

Faire une sauce béchamel
<http://comete59.wifeo.com/>



Ingrédients:

50 gr de beurre
50 gr de farine
sel, poivre et un peu de muscade moulu
75cl de lait

1. faire fondre le beurre avec le sel et le poivre (selon votre goût) dans une casserole, une fois fondu ajouter la farine bien mélanger pour obtenir une "crème"
2. ajouter le lait sans cesser de remuer jusqu'à ébullition pour l'épaissir un peu
3. ajouter un peu de muscade moulu selon votre goût, remuer c'est prêt!