

# Bechamelsauce

Rezept für 4 Portionen  
Dauer: ca. 5 Minuten

## Zutaten:

Zutat	Menge
Sauerrahm / saure Sahne	1 EL (Esstlöffel)
Muskatnuss / Muskatnuß / Muskatnuß / Muskatnuss	Etwas / nach Bedarf
Vollmilch	150 ml
Weizenmehl (glatt)	1 TL (Teelöffel)
Frische Kräuter	Etwas / nach Bedarf

## Zubereitung:

Das Wasser (100 ml) und die Milch aufkochen. Das Mehl in etwas kaltes Wasser geben und glatt rühren. Dann das angerührte Mehl langsam und unter Rühren in die Sauce geben. Kurz aufkochen, den Sauerrahm zugeben und dann nicht mehr kochen lassen! Abschmecken mit Salz, Pfeffer, Muskat und Kräutern und Gewürzen nach Geschmack!!!

Passt hervorragend zu Gemüse!!!!

Gutes Gelingen wünscht



Link zu diesem Rezept: <http://www.koch-idee.at/Rezept-206-Bechamelsauce.html>  
Mehr leckere Koch-Ideen zum Nachkochen gibts auf [www.koch-idee.at](http://www.koch-idee.at)