

Sauce BECHAMEL

Pour 4 personnes

Saison : toute saison

Ingrédients :

- 1/2 litre de boisson avoine ou crème de cuisine avoine
- 30 g margarine
- 40 g farine
- noix de muscade
- sel poivre



Préparation :

1. Faire fondre la margarine
2. Hors du feu verser la farine et remuer jusqu'à obtenir un mélange homogène
3. Délayer avec la crème et ajouter la muscade le sel et le poivre
4. Remuer sur feu doux jusqu'à obtenir la consistance souhaitée