

Rezept

Glutenfreie Béchamelsauce

Ein Rezept von Glutenfreie Béchamelsauce, am 02.06.2023

Zutaten

2 EL Butterfett	40 g helles glutenfreies Mehl
200 ml Gemüsebrühe	200 ml Milch
Salz	Muskatnuss
2 EL Sahne	

Rezeptinfos

Portionsgröße FÜR 4 PERSONEN | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 120 kcal

Zubereitung

1. Das Butterfett in einem Topf zerlassen, das Mehl einrühren. Mit der Brühe und der Milch ablöschen. Schnell rühren, damit keine Klumpen entstehen.

2. Mit Salz und Muskatnuss würzen. Einmal aufkochen. Nach dem Aufkochen die Sahne zugeben, dann nicht mehr kochen lassen.