

Salsa Bechamel – Receta Básica

Ingredientes:

3 ½ cucharadas de mantequilla
4 cucharadas de harina de trigo
½ litro de leche
Nuez moscada
Sal y pimienta al gusto



Preparación:

Paso 1: En una olla al fuego, derretir la mantequilla hasta que se funda completamente y esté ligeramente dorada.



Paso 2: Luego agregue la harina, mezclando rápidamente con una cuchara de madera o un batidor para que la mantequilla absorba la harina y se forme una pasta lisa así se obtendrá una salsa muy suave.



Paso 3: Añada la leche poco a poco revolviendo con el batidor, para evitar que se formen grumos. Es muy importante no dejar de batir para evitar que se vuelva grumosa.



Paso 4: Continúe revolviendo. Baje el fuego a medio hasta que empiece a hervir y entonces baje la llama a mínimo y cocine por 5 min más, sin parar de mezclar, hasta que espese. El punto de esta crema es mas o menos el de un yogurt griego cremoso.



Paso 5 Cuando espese retire del fuego y agregue la sal, pimienta y la nuez moscada.



Paso 6: Mezclar bien y utilizarla en lo que necesites. Muchas recetas utilizan la salsa aun caliente así que te recomiendo que la prepares de ultimo para que este en una temperatura ideal.



Programando la Vida