Základní bešamelová omáčka, bílá

Obtížnost:

Čas přípravy: 5min , Čas vaření: 25min
Celkový čas: 30min , Porce: **4**

699 kalorií , **2 g** cukrů , **50 g** tuků , **8 g** bílkovin

Autor: Martina Třetinová

Odkaz: https://srecepty.cz/zakladni-besamelova-omacka-bila

Příprava

Do mléka přidáme nastrouhaný muškátový ořech, hřebíček, bobkový list. Necháme projít varem a odstavíme. Mezitím si rozpustíme máslo a v něm zpěníme najemno nakrájenou cibuli. Za stálého míchání přidáváme hladkou mouku a vytvoříme tím světlou jíšku. Zhasneme plamen a odstáté a scezené mléko vmícháváme do jíšky. Přidáme dle chuti pepř a sůl. Omáčku poté za stálého míchání vaříme dokud nezhoustne (cca 20 minut).

Tip k receptu

Nechceme-li použít omáčku ihned, pokapeme její povrch máslem, aby se nevytvořil škraloup. Pro výraznější chuť můžeme přidat spolu s mlékem i hovězí vývar (cca 250 ml). Tuto omáčku používáme jako základ k bílým omáčkám či k přípravě zapékaných pokrmů.

Ingredience

- 60 g másla
- 70 g hladké mouky
- 20 g cibule
- špetku muškátového ořechu
- trošku hřebíčku
- 1 bobkový list
- 0,75 l mléka
- špetka soli
- několik semínek pepře

Kategorie

Česká, Omáčka, Pomocné recepty