

Rahm- oder Bechamelsauce (Sauce a la Bechamel)

Zutaten (4 Personen):

40-70 g Butter
1 Esslöffel Mehl
grobgeschnittene Zwiebeln und Karotten (gelbe Rüben)
1 Lorbeerblatt
1/4 Zitrone
3-4 Pfefferkörner
1 Tasse Fleischbrühe
1 Tasse Süssrahm
Muskatnuss

Zubereitung (siehe auch hier):

Butter zunächst in Pfännchen leicht einschmelzen. Dann die Zwiebeln und Karotten zugeben und einige Minuten dünsten. Das Mehl zugeben und rühren bis dieses gelblich wird. Dann die Fleischbrühe zugeben und die Sauce glatt rühren. Rahm und Gewürze zumischen und unter öfterem Rühren auf kleinem Feuer etwa 20-30 min kochen lassen. Kurz vor dem Anrichten mit Salz und Muskatnuss abschmecken. Sauce passieren und zu hellem Fleisch servieren.