



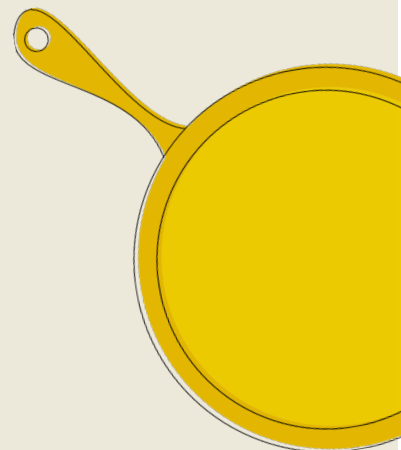
SAUCE BÉCHAMEL

Pour 8 personnes

INGRÉDIENTS

- 1600 ml** de lait
- 100 g** de farine
- 100 g** de beurre
- 1 branche** de romarin
- 2** gousses d'ail
- De la couenne de guanciale*
- Noix muscade
- Sel et poivre

* retrouvez le produit dans l'épicerie




PRÉPARATION

1. Mettre le lait à chauffer dans une casserole. Ajouter quelques morceaux de couenne de guanciale, la branche de romarin, l'ail coupé en deux et une pincée de poivre. Lorsque le lait frémit, baisser le feu et laisser infuser à feu très doux pendant une dizaine de minutes.

2. Pendant que le lait infuse, mettre le beurre à fondre dans une casserole. Lorsqu'il est fondu, incorporer la farine au fouet afin d'obtenir un roux couleur noisette.

3. Baisser le feu. Incorporer 3 louches de lait infusé en le filtrant. Fouetter la sauce jusqu'à ce qu'elle épaississe. Ajouter le reste du lait en le filtrant, sans cesser de fouetter. Remonter le feu et mélanger jusqu'à ce que la Béchamel obtienne une texture épaisse et crémeuse.

 **Attention, c'est un juste équilibre à trouver : la sauce doit s'épaissir sans devenir pâteuse !**

4. En fin de cuisson, râper de la noix de muscade dans la Béchamel. Saler et poivrer pour ajuster l'assaisonnement.

5. Éteindre le feu lorsque la Béchamel a obtenu sa consistance onctueuse. Verser dans un plat et filmer "à peau" pour éviter qu'une peau se forme à la surface. Laisser refroidir la sauce puis conserver au réfrigérateur.

CLUB
CASA ZANONI