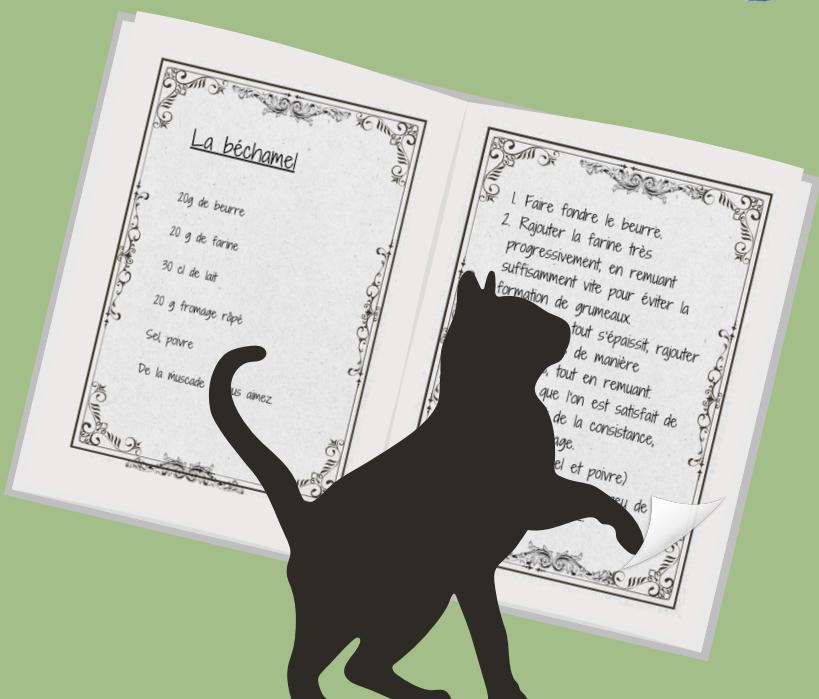


# La béchamel



## La béchamel

20g de beurre

20 g de farine

30 cl de lait

20 g fromage râpé

Sel, poivre

De la muscade si vous aimez.

1. Faire fondre le beurre.
2. Rajouter la farine très progressivement, en remuant suffisamment vite pour éviter la formation de grumeaux.
3. Dès que le tout s'épaissit, rajouter le lait, toujours de manière progressive, tout en remuant.
4. Une fois que l'on est satisfait de la quantité et de la consistance, ajouter le fromage.
5. Assaisonner (sel et poivre)
6. Vous pouvez ajouter un peu de muscade si vous aimez.