

Béchamelsauce Louis de Béchamel, Marquis de Nointel hieß eigentlich Bechamell und war Haushofmeister Ludwigs XIV. Er soll angeblich die Sauce erfunden haben.

Zutaten für etwa ½ Liter Sauce:

25 g Butter	ca. ½ l Flüssigkeit (variabel)
1 kleine Zwiebel – fein geschnitten	a) nur Milch
je nach gewünschter Konsistenz	b) oder Milch/Geflügelfond
20 bis 25 g Weizenmehl Type 405	c) oder Milch/Gemüsefond
Salz	
1 Lorbeerblatt, 2 Nelken, ½ TL Pfefferkörner, Prise Muskatnuss	

Zubereitung:

1. Roux (Mehlschwitze) herstellen:
Butter zerlassen, Zwiebeln (evtl. + Aromaten) anschwitzen, Mehl ohne Farbe mitschwitzen.



Geschmacksbildung!
Stärke wird zu Dextrin.
Der Mehlgeschmack wird abgebaut.

2. **Flüssigkeit zugeben** und bis zum Aufkochen mit dem Schneebesen umrühren.



Das Absetzen (sedimentieren) von Stärke und Milcheiweiß sollte unbedingt verhindert werden.
Der Saucenansatz würde schnell anbrennen!

Heiße Roux - **kalte Flüssigkeit**
Kalte Roux - **heiße Flüssigkeit**

3. Gewürze zugeben, Sauce etwa **30 Minuten leicht köcheln lassen**. Anschließend durch eine feines Sieb passieren, mit dem Stabmixer kurz mixen und nochmal abschmecken.



Die Sauce wird sämig, der Mehlgeschmack „kocht aus“.
Aromastoffe gehen in die Sauce über.
Durch das Mixen wird die Viskosität aufgebrochen (gequollenen Stärkekörner zerteilt).
Die Sauce wird dadurch luftiger und cremiger.

Sahnesauce – Sauce à la crème: ½ l Béchamelsauce + 100 g Sahne

Verwendung für Rahmgemüse, Rahmpilze, Cremespinat, Gemüsegratin

Käsesauce – Sauce Mornay: ½ l Béchamelsauce + 50 g Sahne + 70 g fein geriebenen Hartkäse – zum Überbacken von Eiern, Gemüse, Pasta, Gnocchi etc.

Béchamelsauce für Lasagne: 30 g Butter, 1 kleine Zwiebel, 30 bis 35 g Weizenmehl Type 405, ½ l Flüssigkeit (Milch/Fond), Gewürze