



## Salsa Bechamel



### Dificultad:



### **Ingredientes:**

1 Litro de leche entera  
4 Cucharas de aceite  
4 Cucharas de harina  
Nuez moscada  
1 Cebolla  
Una pizca de sal

### **PASO 1**

Picar la cebolla y freír-la en una sartén con las 4 cucharadas de aceite a fuego lento. Cuando la cebolla empieza a dorarse se retira.

Echar la harina sin dejar de remover y teniendo cuidado de que no se queme.

Cuando está hecha una pasta se añade lentamente la leche removiendo sin parar para que no se hagan grumos.

Si vemos que no se disuelve bien, podemos pasar la mezcla por la batidora.

Se le añade una pizca de sal.

Antes de que comience a hervir se echan unos golpes de nuez moscada y se va probando hasta que está a nuestro gusto.

El truco principal de esta receta es no parar de remover la bechamel en la sartén pasando la cuchara por toda ella.

Cuando lleva hiviendo tres o cuatro minutos y veamos que tiene la consistencia adecuada ya tenemos la mejor bechamel del mundo.