



## Sos bechamel de post (vegan)

Steps: 4

Difficulty Grad:

### Ingredients

Portions

30 ml	ulei vegetal, cu gust neutru (de floarea-soarelui sau de rapiță)	50 g	făină
410-420 ml	lapte vegetal fără arome, neîndulcit (de preferință, lapte de soia sau de ovăz)	sare, după	gust
	pipera alb, proaspăt măcinat		

### Instructions

**Pasul 1.** Se pun făina, uleiul și sarea în vasul în care se va pregăti sosul alb și se omogenizează cu o lingură.

**Pasul 2.** Se pune vasul pe foc, amestecând compoziția în permanență, având grijă să nu se prăjească.

**Pasul 3.** Se toarnă treptat laptele vegetal rece, continuând amestecarea, pentru a preveni formarea cocloașelor.

**Pasul 4.** Se fierbe circa 5 minute, până când sosul se îngroașă, se adaugă pipera alb și se gustă de sare.

La fel ca în cazul rețetei de bechamel clasic, după răcire, se acoperă cu folie alimentară, lipită de suprafața sosului.

**Autor:** Teo Dinescu

**Mai multe rețete de la acest autor**

**Vezi mai multe rețete și sfaturi utile din această categorie:**

Sos bechamel de post (vegan)

Stand 15.12.2023