Szparagi w sosie beszamelowym



DAGMARA12

CZAS PRZYGOTOWANIA
30 MIN

ILOŚĆ PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

szparagi białe	1 pęczek
szparagi zielone	1 pęczek
sól	1 szczypta
cukier	1 szczypta
mleko	1 szklanka
masł	1 łyżka
sok z cytryny	2 łyżeczki
mąka pszenna	1 łyżka
gałka muszkatołowa Prymat	1 szczypta
Pieprz czarny mielony Prymat	1 szczypta

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Sos: 1 szklanka mleka, 1 łyżka masła, 2 łyżeczki soku z cytryny, 1 łyżka mąki pszennej szczypta gałki muszkatołowej Prymat, sól, pieprz czarny mielony Prymat

Szparagi obrać, opłukać, odciąć łykowatą dolną część pędu. Ugotować na stojąco w lekko posolonej i posłodzonej wodzie. Odcedzić, na chwilę zanurzyć w zimnej wodzie i pokroić na trzycentymetrowe kawałki.

Przygotować sos: masło roztopić, wymieszać z mąką, lekko podsmażyć, nie rumienić, porcjami wlewać zimne mleko i mieszając gotować na małym ogniu 5-7 minut. Sos przyprawić solą, pieprzem czarnym mielonym i sokiem z cytryny.