Vegane Béchamelsauce

Diese vegane Béchamelsauce mit Sojadrink oder Haferdrink ist die perfekte pflanzliche Alternative mit vollem Geschmack zum klassischen Original.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 10 min

Koch/Backzeit: 5 min

Gesamtzeit: 15 min



Zutaten

75 g	Margarine (vegan)
75 g	Weizenmehl, glatt
5 Stk.	Pfefferkörner
1 Stk.	Lorbeerblatt
500 g	Sojadrink (oder Haferdrink)
250 ml	Gemüsebrühe
1 Prise	Muskatnuss
1 Prise	Salz
1 Spritzer	frisch gepresster Zitronensaft

Zubereitung

1. Für die **vegane Béchamelsauce** die vegane Margarine in einem Topf bei mittlerer Hitze schmelzen lassen. Das Mehl gleichmäßig einstreuen und unter ständigem Rühren mit einem Schneebesen hell anschwitzen, bis eine glatte Mehlschwitze entsteht – sie sollte keine Farbe annehmen.

2. Nun Lorbeerblatt und Pfefferkörner einlegen. Sojadrink sowie die Gemüsebrühe langsam und portionsweise zugießen und dabei kontinuierlich rühren, damit keine Klümpchen entstehen.Die Béchamelsauce bei niedriger bis mittlerer Hitze etwa 5 Minuten sanft köcheln lassen, bis sie eine sämige, cremige Konsistenz erreicht hat. Zum Schluss Lorbeerblatt und Pfefferkörner entfernen und die vegane Béchamelsauce mit Salz, frisch geriebener Muskatnuss und einem Spritzer Zitronensaft fein abschmecken.

hier bestellen

Topfset Edelstahl 2-teilig
Unsere Empfehlung, Induktion



Tipp