

Besciamella - [Visualizza sul sito di silvia](#)

Besciamella

Versione light di Cristina

Ingr.

500 gr. latte  
50 gr. farina  
un pz. di sale  
1 grattata di parmigiano



Amalgamare benissimo con la frusta, la farina , il sale ed il latte in una pentolina.  
Portare a ebollizione, sempre rimestando con un cucchiaino di legno e a fuoco basso.  
Tenerla sul fuoco quel tanto che basta perché la farina sia cotta e sarà diventata una bella crema.



Aromatizzare con il grana grattato.

Note: se la si vuole più liquida o diminuire la farina o aumentare il latte.

È una besciamella che garantisce ugualmente un'ottima riuscita ed esclude i grassi, io ormai uso solo questa e non solo, la surgelo anche pronta all'uso.