

ホワイトソース

スチームモード | ホットエアモード | コンビモード

[1人分:[100gあたり] 167 kcal / 食塩相当量:[100gあたり] 0.8g]

基本のソースをマスターすれば、バリエーションは限りなく。



材 料

A	バター	30g
B	小麦粉	30g
C	牛乳	400cc
D	塩	小さじ1/3
E	白こしょう	少々

分 量

できあがり約360g

作り方

1. フライパンにAのバターとBの小麦粉を入れて火にかけ、ふつふつとしてきたら、Cの牛乳を少しずつ加えてのばし、温める程度にさっと煮る。
2. Dの塩、Eの白こしょうで味を調える。

🚫 調理ポイント

◆小麦粉を焦がさないように注意すること。