



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

---

## BEŞAMEL SOS

2,5 orba kaşığı tereyağı

1 orba kaşığı un

3 su bardaęı süt

Tuz

Karabiber

İnce kıyılmış küçük hindistancevizi

Bir tencereye tereyağını koyup eritin.

Sonra unu ilave edip karıştırarak karıştırarak top top olmadan ve esmerleşmeden kavurun.

Un piřtikten sonra çok yavař olarak sütü ilave edin.

Sos krema haline gelmeye başlayınca tuzu, karabiberi ve küçük hindistancevizi rendesini içine katın ve karıştırmaya devam edin.

Sos çok koyu olursa süt katarak inceltin. řayet içinde topraklar olmuřsa tel süzgeçten geçirin.

Beyaz etler ve sebzelerle servis yapılır.