



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](http://lezzetler.com)

---

## BEŞAMEL SOS

2 su bardağı yağ alınmış süt  
1 defne yaprağı  
6 tane karabiber  
kahve kaşığının ucuyla hindistancevizi rendesi  
2+1/4 çorba kaşığı tereyağı  
4 çorba kaşığı un  
1 çay kaşığı tuz  
1 kahve kaşığı karabiber

Sütü, defne yaprağını, tane karabiberleri ve hindistancevizi rendesini küçük bir tencereye koyup hafif ateşe oturtunuz. 10 dakika kadar ısıtınız; kaynamadan ateşten alıp süzgeçten geçirerek, bir kenarda soğumaya bırakınız. Tereyağı orta boy bir tencerede hafif ateşte eritiniz. Tencereyi ateşten alarak içine unu karıştırınız. Un ile yağ iyice karışınca, soğumaya bıraktığınız sütü tahta bir kaşıkla karıştırarak, yavaş yavaş ekleyiniz. Sütün tamamını tenceredeki un-yağ karışımına ekledikten sonra, 1 kahve kaşığı tuzu ve 1 kahve kaşığı karabiberi de koyunuz. Sosu yeniden ateşin üstüne oturtunuz. Bir yandan sürekli karıştırırken, öte yandan da altının ateşini hafifçe açarak, karışımı kaynama noktasına getiriniz. İki dakika kadar kaynattıktan sonra, ateşten alıp tadınız. Gerekliyse biraz daha tuz ve karabiber ekleyiniz.

Not: İyi bir Beşamel sos yapabilmek için undan biraz daha çok tereyağı ve yağ alınmış süt kullanmak gerekir. Bu sos, mantar, domates, peynir vb. ile yapılan sosların temelidir. Sosun renginin bozulmaması için, yapılacağı kabın alüminyum olmaması gerekir.