

Béchamel maison

10 L

Source de la recette

Centre de santé et de services sociaux de Laval - CHSLD Ste-Dorothée

Précision ou commentaire de l'établissement

Clientèle de personnes âgées / milieu de vie substitut

Description de la portion et du service

60 g

Rendement de la recette

10 L

Équipements de préparation

Récipients de cuisson

Équipement de cuisson

Équipements de service

Valeur nutritive par portion

Calories	40	Sodium (mg)	4
Protéines (g)	0.5	Lipides (g)	3
Glucides (g)	2.5	Gras saturés (g)	0.5
Sucres (g)	0.5	Fibres (g)	



Québec 



Béchamel maison

10 L

Rendement de la recette

10 L

Quantité	Ingrédients et traitement	Mise en place et mode de préparation
485 ml	Huile	<ol style="list-style-type: none">1. Cuire quelques minutes l'huile et la farine pour obtenir un roux.2. Incorporer de l'eau pour rendre homogène et ajouter le lait.3. Laisser cuire 5 minutes.
560 g	Farine	
8.5 L	Eau	
930 ml	Lait 2 %	
1 g	Poivre blanc	

