

Sauce Velouté

Eine Grundsauce für Fleischgerichte

Zutaten für ca. 1 l Sauce Velouté

- 1 mittelgroße Zwiebel
- 65 g Butter oder Margarine
- 4 - 5 Lorbeerblätter
- 4 - 5 Wachholderbeeren
- 65 g Mehl
- 0,9 l kaltes Wasser
- 3 - 4 gehäufte TL gekörnte Brühe
- Salz

Zubereitung

Zwiebel schälen und in Streifen oder Würfel schneiden. Einen etwas breiteren Topf erwärmen, die Butter oder Margarine zugeben, Zwiebel, Lorbeerblätter und Wachholderbeeren in die schmelzende Butter geben und glasig schwitzen. Aufpassen, dass die Butter nicht braun wird. Mit dem Mehl bestäuben und gut verrühren. Mit kaltem Wasser aufgießen, gekörnte Brühe zugeben und unter häufigem Rühren aufkochen. Ca. 5 - 7 min unter ständigem Rühren leicht kochen lassen, dann mit Salz und gekörnter Brühe abschmecken. Die Sauce Velouté sollte hell, relativ dickflüssig und kräftig abgeschmeckt sein. Die Sauce durch ein feines Sieb passieren. Um Hautbildung zu verhindern, einen TL Butter auf die Sauce geben.

Selbstverständlich kann auch ein Rinder- bzw. Kalbsfond oder eine Gemüsebrühe gekocht, die Sauce damit aufgegossen und anschließend nur mit etwas Salz abgeschmeckt werden.

Achtung heiße Mehlschwitze nur mit kalter Flüssigkeit aufgießen, ansonsten kommt es zu starker Klumpenbildung.

Die Öko-Modellregion Steinwald wünscht guten Appetit!