

SAUCE MORNAY

Août 2006 (Révisé en mai 2018)

Ingrédients (4/8 personnes) :

- ★ 50 g de beurre
- ★ 50 g de farine fluide
- ★ 50 cl de lait demi-écrémé
- ★ 1 œuf
- ★ 50 g d'emmental râpé
- ★ 2 pincées de noix de muscade moulue (facultatif)
- ★ Sel fin, poivre blanc moulu

Ustensiles : Casserole, Fouet

Cuisson : 20 mn

Difficulté : Très facile

Coût (indicatif) : 1,20 €



Recette :

Casser l'œuf, séparer le blanc du jaune. Faire fondre dans une casserole le beurre à feu doux, ajouter la farine, bien mélanger au fouet pendant 2 minutes jusqu'à obtenir un ensemble homogène et mousseux. Ajouter le lait froid, poivrer, agiter continuellement au fouet jusqu'à ébullition. Faire épaissir à feu très doux durant 15 minutes en mélangeant assez souvent. Arrêter le feu, ajouter le jaune d'œuf, puis l'emmental râpé et éventuellement la noix de muscade, homogénéiser et rectifier l'assaisonnement. Utiliser aussitôt.

Accompagne viandes blanches, œufs durs, poissons blancs pochés, légumes (carottes, épinards, ...), gratins (choux fleurs, bettes, pommes de terre, ...).

 La **sauce Mornay** est une sauce béchamel enrichie de fromage : emmental, gruyère, comté, ... et d'un jaune d'œuf.