



Sauce Aurore



Ingrédients

- Pour 4 personnes
Equivalence : négligeable
- 400 ml de lait ½ écrémé
- 20 g de maïzena (2 cuillères à soupe)
- 1 cuillère à soupe de concentré de tomates
- Sel, poivre



Préparation

- Verser le lait froid dans une casserole, y délayer la maïzena.
- Faire chauffer le mélange à feu doux en tournant régulièrement à l'aide d'une cuillère en bois.
- Laisser cuire jusqu'à épaissement de la sauce.
- Ajouter le concentré de tomates.
- Saler légèrement, poivrer.
- Bien mélanger.
- Servir bien chaud.

- **Accompagne :**

Poissons : en gratin, grillé, au court-bouillon

Oeufs : durs chauds

Féculents : pâtes en gratin

