



Sauce Soubise



Ingrédients

- Pour 4 personnes
Equivalence : négligeable
- 400 ml de lait ½ écrémé
- 20 g de maïzena (2 cuillères à soupe)
- 2 oignons émincés
préalablement revenus sans
matière grasse (dans une poêle
à revêtement anti-adhésif)
- 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 épaississement de la sauce.
- Ajouter les oignons dorés.
- Saler, poivrer.
- Bien mélanger.
- Servir bien chaud.
- **Accompagne :**
Viandes : toutes

