

Käse-Béchamel-Sauce aus dem Thermomix®



© Herzhäfter Gugl



15 Min.



leicht



4 Portionen



Unser Rezept-Team hat für euch **40 köstliche neue Saucenrezepte für jeden Tag** entwickelt und übersichtlich zusammengestellt. Egal ob **zu Fleisch, zu Fisch, zu Pasta oder zu Gemüse** - bei diesen Saucenhits ist für jeden etwas dabei. Und wenn es richtig schnell gehen muss, kommen die praktischen **Fixpulver** zum Einsatz!

- **FLEISCH** Champignon-Rahmsauce, Jägersauce, Pfeffer-Rahm-Sauce, Zigeunersauce, Schnitzelsauce, Steaksauce, Preiselbeersauce, Rotwein-Schalotten-Sauce, Zwiebel-Rahm-Sauce, Zwiebelsauce, Currywurstsauce
- **FISCH** Zitronensauce, Dill-Kräuter-Sauce, Senfsauce, Meerrettich-Sauce
- **PASTA** Tomatensauce, Bolognese-Sauce, Arrabbiata, Kräuter-Sahne-Sauce, Schinken-Sahne-Sauce, 4-Käse-Sauce, Pesto Calabrese, Pesto Genovese, Pesto Rosso, Ricotta-Walnuss-Pesto
- **GEMÜSE** Käse-Béchamel-Sauce, Curry-Rahm-Sauce, Kräuter-Sauce, Sauce Hollandaise
- **FIXPULVER** Fix für „alles braun“, Fix für „alles hell“, Fix für „alles Curry“, Fix für „alles Tomate“, Fix für helle Sauce, Fix für Sauce Hollandaise, Fix für Lasagne, Fix für Spaghetti Bolognese, Fix für Gulasch, Fix für Chili con Carne, Würzpaste à la Miracoli

Für unsere Newsletter-Leser/innen gibt es das Rezepte mit Herz E-BOOK "[Saucen](#)" jetzt als Treuebonus zum Downloaden und Ausdrucken!

Zutaten-Einkaufsliste

<input type="checkbox"/>	100 g	Gouda
<input type="checkbox"/>	30 g	Butter
<input type="checkbox"/>	30 g	Mehl
<input type="checkbox"/>	500 g	Milch
<input type="checkbox"/>	1/2 TL	Salz
<input type="checkbox"/>	1/2 TL	Gemüsebrühepulver
<input type="checkbox"/>		Salz, Pfeffer, Muskat

Zubereitung

1. Gouda in Stücken in den Mixtopf geben und 10 Sek./Stufe 6 zerkleinern, umfüllen. Mixtopf spülen.
2. Butter in den Mixtopf geben und 2,5 Min./120 °C (TM31: Varoma)/Stufe 1 erhitzen. Mehl zugeben und 2,5 Min./100 °C/Stufe 1 anschwitzen. Restliche Zutaten und zerkleinerten Käse zugeben und 8 Min./90 °C/Stufe 4 erhitzen. Mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken.

Nährwertangaben

Pro Portion: ca. 245 kcal - 11 g E - 17 g F - 12 g KH