



# SENFSAUCE

---

## Informationen:

- Für 4 Portionen
- Kostet etwa 0,30 € pro Portion
- Die Zubereitungszeit liegt bei ca. 15 Minuten

## Nährwerte pro 100 g im Durchschnitt:

- Kcal: 199
- KJ: 835
- Fett: 17,8 g
- KH: 6,1 g davon 3,1 g Zucker
- Eiweiß: 3,2 g

Alle Angaben sind Circa-Werte und ohne Gewähr.

---

## Zutaten:

### Für die Senfsoße:

Ergibt etwa 500 ml

- 25 g Weizenmehl Typ 405
- 25 g Butter
- 250 ml flüssige Sahne
- 250 ml Vollmilch
- 3 EL Senf mittelscharf
- 1/2 TL Salz

- etwas Pfeffer aus der Mühle
- 

## Zubereiten:

### Senfsoße:

- Die Butter in einem Topf bei mittlerer Hitze zerlaufen lassen.
- Das Mehl dazugeben und nur sehr kurz mit der zerlaufenen Butter unter ständigem Rühren mit einem Schneebesen anschwitzen – verbinden.
- Sehr zügig die Milch unter ständigem Rühren „peu à peu“ dazugeben.
- Wenn die Milch aufgebraucht ist, die Sahne dazugeben und immer schön rühren.
- Die Béchamelsoße 1 Minute aufkochen und dann 5 Minuten bei reduzierter Hitze köcheln lassen. Und was machen wir die ganze Zeit dabei? Richtig, rühren. Die Soße soll nämlich nicht anbrennen und keine Klümpchen bilden.
- Sollten am Ende doch noch Klümpchen vorhanden sein, die Soße mit den „Zauberstab“ bzw. Pürierstab bearbeiten, so dass die Klümpchen sich in der Soße auflösen. Alternativ kann man die Soße auch durch ein Metallsieb laufen lassen, so verschwinden die Klümpchen auch.
- Den Senf in die Soße einrühren.
- Die Soße mit dem Salz und Pfeffer aus der Mühle abschmecken.