

SAUCE « FOND DE CUISSON »

INGRÉDIENTS

2 c. à table de jus de cuisson qui reste dans la poêle lorsque vous faites cuire de la viande OU fond du plat allant au four lorsque vous faites cuire un rôti, du poulet. Si nécessaire, ajouter un peu de liquide pour gratter le fond de la poêle.

2 c. à table de farine

1 tasse de liquide (bouillon ou jus de cuisson)

PRÉPARATION

1. Ajouter la farine au jus de cuisson. Bien mélanger.
2. Chauffer à feu doux dans une poêle jusqu'à ce que le mélange devienne homogène.
3. Verser le liquide et cuire en brassant constamment jusqu'à épaississement.
4. Laisser mijoter doucement quelques minutes.
5. Assaisonner au goût.

solutionentete.org

Le contenu de ce site Web ne doit pas se substituer aux conseils d'un médecin ni aux renseignements, aux conseils et à l'expertise des membres de votre équipe soignante.