

Sauce Mornay

von Achim Stößer (achim-stoesser.de)

- 1 1/2 T Gemüsebrühe
- 1/2 T Sojamilch
- 1 kleine Zwiebel
- 2 EL Hefeflocken
- 1 EL Margarine
- 1-2 EL Mehl
- 1/2 Knoblauchzehe
- 2-3 EL Apfelessig
- 1/2 TL Senf
- 1 Msp Paprikapulver
- etwas rote Chilischote (optional)

- Zwiebel schälen, fein würfeln und mit der kleingeschnittenen Chilischote in der Margarine glasig dünsten.
- Mehl zugeben und rühren, bis es sich mit der Margarine verbunden hat.
- Etwas Gemüsebrühe zugeben und glattrühren.
- Knoblauch schälen und durchpressen, mit der restlichen Gemüsebrühe, dem Essig, dem Senf und der Sojamilch zur Sauce geben.
- Aufkochen lassen und pürieren oder durch ein Sieb passieren.
- Hefeflocken untermischen.
- Mit Paprika abschmecken.

Paßt zu: Pasta, Gemüse.