

## Les blancs de poireaux «sauce légère»

*1 kg de blancs de poireaux; 1 noix de beurre de cuisine; 1 cuillerée à soupe de farine; ¼ de litre de lait drink; ¼ de litre d'eau de cuisson des poireaux; sel poivre; un peu de muscade râpée; un jaune d'œuf.*

1. Faire bouillir dans une assez grande casserole beaucoup d'eau salée. Après avoir nettoyé à grande eau sous le robinet les blancs de poireau, les plonger dans l'eau en ébullition et laisser cuire sur feu moyen 25 minutes environ. Mettre l'eau de cuisson nécessaire de côté.

2. Faire la sauce comme suit. Faire fondre une noix de beurre sur feu doux et verser la farine en remuant à la cuillère de bois. Ajouter peu à peu l'eau de cuisson, puis le lait en n'oubliant pas

l'assaisonnement. Laisser cuire sur tout petit feu, durant 10 minutes. Hors du feu, glisser le jaune d'œuf dans la sauce et remuer bien le tout. Servir les blancs de poireaux chauds sur un plat à hors-d'œuvre et la sauce chaude à part en saucière.