



Confit d'oignons passion



Confit d'oignons passion



15 mn



1 h de repos

1 h environ

Pour 2 ou 3 personnes

- 200 g d'oignons
- 4 c. à s. d'huile d'olive
- 4 c. à s. de sirop de fruits de la passion bio* équitable Meneau

Préférez les ingrédients issus de l'agriculture biologique

Dégermer l'oignon et l'émincer finement en suivant le sens des fibres. Dans un bol, mélanger l'oignon et le sirop de fruits de la passion bio* équitable Meneau. Laisser reposer au frais pendant 1 heure au moins.

Cuire les oignons émincés avec un peu d'huile d'olive à feu très doux. Remuer de temps en temps et arrêter la cuisson lorsque les oignons seront bien confits.

COMMENT UTILISER LE CONFIT D'OIGNONS ?

En tartelette feuilletée

- 1 pâte feuilletée
- graines de carvi

Dérouler la pâte et à l'aide d'un emporte pièce de forme ronde ou carrée, découper 2 ou 3 grands fonds à tarte.

Répartir le confit d'oignons et remettre au four 10 minutes th°4.

Au sortir du four, servir avec une noix de fromage de chèvre fondant.

Astuce : Avec les chutes de pâte, faites de petits biscuits ou des allumettes. Saupoudrez le tout de graines de carvi. Cuire à blanc pendant 10 minutes th°5. Surveillez les biscuits et les retirer dès qu'ils sont légèrement cassants.

Variante : Testez aussi les chaussons en coupant la pâte feuilletée en 4 par le centre. on peut faire de beaux chaussons aux oignons confits. Surprenant !

Coût : Bon marché € - Prix moyen €€ - Cher €€€

Degré de difficulté : Facile 🍷 - Délicat 🍷🍷 - Difficile 🍷🍷🍷

Temps de préparation : 🕒 **Temps de cuisson :** 🕒

*100% des ingrédients d'origine agricole sont issus de l'agriculture biologique

**Indice glycémique

FABRICATION ARTISANALE



LE PLAISIR DU GOÛT

Maison Meneau
18 avenue Pasteur - 33450 Saint Loubès
contact@meneau.com
Tel 05.57.97.14.60 - Fax 05.57.97.14.65
www.meneau.com

**Pour votre santé, mangez au moins
5 fruits et légumes par jour**

Contact Presse :
Stéphanie Gentilhomme - Port. 33 (0)6 84 61 62 68
stephaniegentilhomme@rendezvous-rp.com
Emeline Réthoré - Tél. 33 (0)1 45 41 13 20
emeline@rendezvous-rp.com