

# Galette aux cébettes (oignons nouveaux)

Bonjour à toutes et tous

Dans les petits légumes de printemps, sans doute avez-vous remarqué les petites bottes [d'oignons nouveaux](#), ou **cébette** ou encore **ciboule** selon les régions. Ce sont des petits oignons à bulbe vendus en botte avec leurs tiges vertes, que l'on connaît souvent dans les salades. Chez nous, il est vrai qu'ils s'invitent assez fréquemment dans ces préparations; le touche de piquant est un « titille papille » très intéressant pour les plats. Pour ma part j'avoue les adorer cuits (le bulbe + la tige) ils apportent une saveur oignon qui change de leurs congénères.

Voulant trouver une recette cébettes (cela rime ^^) avec ces bottes d'oignons, le temps « *picnicable* » des derniers jours m'a orienté vers le concept d'une *grande galette à emporter*. Comme je souhaitais une galette plus ferme que le flan et moins épaisse que les galettes de légumineuses, c'est un hybride « omelette à la [farine de pois chiches](#) » qui a fini dans la poêle. Les cébettes bien revenues, plein d'herbes, l'omelette épaisse et en 15 minutes il n'y a plus qu'à déguster. Le résultat est clairement une étonnante et heureuse fusion de texture entre la panisse (à forte tenue mais légère en texture), l'omelette (et la touche de crémeux du jaune d'œuf), le tout relevé par les petite cébettes. C'est parfumé, très fin et cela se mange clairement sans faim.

Que cela soit pour un éventuel picnic ou un repas à emporter, ou pour présenter à l'apéritif en petits morceaux, j'aimerais vous partager cette recette. J'espère qu'elle vous plaira. Bonne journée !



- GALETTE AUX CÉBETTES -  
POUR PIQUE-NIQUE OU L'APÉRO

© Au Fil du Thym

Galette de cébettes

---

# Recette : Galette aux cébettes

Saison de la recette : Avril à Juin

Temps de préparation : 15 minutes

Temps de cuisson : 15 minutes

---

## Ingrédients

Pour 4 personnes en plat ou 8 en apéritif :

- 1 botte de cébettes (oignons nouveaux ou oignons doux)
- 2 carottes
- 4 œufs
- 80g de farine de pois chiche + 200 ml d'eau (1)
- 1 cuillère à soupe d'herbes de Provence
- Sel, poivre, noix de muscade
- Huile d'olive

## Réalisation

- Lavez, épluchez puis hachez la carotte au mixer.
- Lavez les cébettes, retirez le pied et la partie abîmée de feuilles, puis coupez-les en fines rondelles.
- Dans une poêle antiadhésive ou une poêle crêpière, faites chauffer un peu d'huile puis disposez les légumes. Mélangez, puis laissez revenir à feu moyen pendant 5 à 10 minutes.

- Dans un saladier, fouettez les œufs en omelette avec la farine de pois chiche, l'eau, le sel, poivre, et herbes de Provence + 1 cuillère à café d'huile d'olive. Versez la préparation aux œufs sur les légumes, et baissez la poêle à feu doux.
- Laissez la galette prendre pendant 10 minutes environ puis une fois le dessus quasi pris, retournez la galette (2). Laissez cuire sur le dessus 3-4 minutes.

*Servez tiède ou à température ambiante*

---

### **Astuces :**

- (1) La présence d'eau se justifie par le fait que la farine de pois chiche est un très grand absorbeur d'eau. En fait, cette galette est une panisse « améliorée » avec des œufs et des légumes, ce qui en fait un plat complet.
  - (2) Le retournement de la galette est l'opération la plus périlleuse de l'affaire. N'hésitez pas à vous aider d'une assiette (placez là sur la poêle, et retournez l'ensemble en tenant le tout avec un torchon ), d'un conjoint bienveillant (qui trouvera contrairement à vous que « mais non, la poêle n'est pas lourde« ), etc.
  - *Hors saison* : Cette recette cébettes est déclinable hors saison des cébettes avec des oignons classiques comptez 3 oignons que vous ferez légèrement caraméliser.
-