

# Soupe à l'oignon, tartines de fromage frais

Bonjour à toutes et tous,

Dans le foisonnement de galettes (courage, on arrive à la fin ^^), je voudrais vous proposer une recette un peu plus légère et tout à fait réconfortante pour les mois d'hiver.

La **soupe à l'oignon** est clairement un des classiques de la saison. Sa célèbre et généreuse *version « gratinée »* fait toujours partie des sélections de recettes d'hiver, souvent « promue » comme étant la soupe « détox » du moment. Mais je la trouve cette appellation trompeuse : sous l'apparence d'une soupe, on retrouve un maximum de pain et un maximum de fromage, donc un mets assez riche. Suite à une journée aux sports d'hiver où la préparation du potager de printemps, pourquoi pas, pour le quotidien calme, c'est parfois lourd.

Pour profiter de goût réconfortant de la soupe à l'oignon, j'ai une préférence pour une version ajustée. Elle n'est pas gratinée, mais accompagnée de tartines de fromage frais. Pour relever le goût de la soupe, un peu de vin blanc dans le bouillon. Le tout est simple, assez vite préparé et idéal pour les dîners rapides d'hiver.

Je voulais donc partager l'idée de cette soupe à l'oignon avec vous. Cela ne révolutionne pas la cuisine mais c'est une de ces recettes du quotidien qu'on est content de connaître, faire et refaire. J'espère que cela vous inspirera. Bonne journée !



- Soupe à l'oignon -  
Tartines de fromage frais



Soupe oignon, tartines fromage frais

---

## Recette : Soupe à l'oignon tartines de fromage frais

**Saison de la recette :** Hiver

**Temps de préparation :** 10 minutes

**Temps de cuisson :** 40 minutes

### # Ingrédients

Pour 4 à 6 portions :

- 4 à 6 oignons (selon la taille)
- 100 ml de vin blanc sec
- 1 cube de bouillon de légumes ou de volaille (selon vos préférences)
- 20 g de beurre
- sel et poivre
- huile d'olive

Pour les tartines

- 150 g de fromage frais
- 4 tranches de pain
- sel, poivre

### # Réalisation

- Épluchez les oignons et émincez les finement.
- Faites chauffer dans une grande casserole (feu vif) 1 cuillère à soupe d'huile d'olive avec le beurre, puis une fois le beurre mousseux, faites y revenir les

- oignons jusqu'à ce qu'ils soient bien colorés.
- Ajoutez le vin blanc et portez à ébullition pendant 1 minute afin de faire évaporer l'alcool.
  - Ajoutez 1 L d'eau, le cube de bouillon, environ et portez à ébullition.
  - Baissez à feu doux (frémissement), puis laissez mijoter à couvert ainsi pendant une demi heure minimum. Salez et poivrez à convenance après cuisson.
  - Avant de servir, préparez les tartines : faites griller vos tranches de pain. Fouettez le fromage avec un peu de sel et de poivre, et tartinez les tranches de pain.

## # Astuces

- Sur le vin blanc : le vin blanc donne du goût mais est facultatif dans la recette.
- Variante : vous pouvez aussi utiliser du fromage de chèvre frais



## Soupe oignon, tartines fromage frais

---

### A découvrir aussi

Des idées pour accompagner la soupe :

- [Tartines de munster et oignon](#)
- [Salade d'endives, vinaigrette moutarde](#)
- [Mini cakes rosette et emmenthal](#)



© Au Fil du Thym

Tartines munster et oignons caramélisés

---