

# Tarte aux oignons doux

Bonjour à toutes et tous,

En fin de printemps, les étals des maraichers du Gers se garnissent fréquemment de bottes d'oignons jeunes (ou [oignons doux](#)) et de tête d'ail frais. Avant que l'été n'arrive, c'est l'occasion de profiter de leur piquant cru ou de leur douceur cuit. Suite à un marché, mon mari a été tellement enthousiaste sur ces ingrédients qu'il a ramené trois bottes d'oignons.. donc il me fallait bien trouver une recette pour les valoriser vite.

C'est ainsi que j'ai tenté cette tarte. Si on a l'habitude de la tarte oignons paille à la mauvaise saison, cette version printanière de la tarte à l'oignon porte sur la douceur et le fondant. Comme elle a beaucoup plus, je voulais vous proposer l'idée. Elle peut permettre de changer des classiques.. et donne une belle alternative avant que l'on se se dévoue tous au « culte » des tartes d'été aux courgettes ☐ J'espère que cela vous plaira.





- TARTE À L'OIGNON DOUX -

Tarte aux oignons doux

---

## Recette : Tarte aux oignons doux

Saison de la recette : Mai et Juin

Temps de préparation : 30 minutes

Temps de cuisson : 45 minutes

---

## Ingrédients

Pour 1 tarte familiale (4 personnes en plat) :

- 1 pâte brisée maison ou non
- 2 bottes d'oignon doux (environ 6 oignons)
- 2 oignons pailles
- 1 cuillère à soupe de moutarde à l'ancienne
- 2 œufs
- 200 ml de lait (1)
- 1 bonne pointe de couteau de cumin
- 1 cuillère à soupe de graines de moutarde
- 50 g d'emmental a râpé
- huile d'olive
- Sel et poivre

## Réalisation

- Lavez les oignons doux retirez la partie abîmée des

feuilles. Émincez le vert comme le bulbe. Réservez l'équivalent d'un bulbe d'oignon.

- Épluchez et émincez les oignons paille
- Dans une poêle, faites chauffer 1 filet d'huile d'olive puis faites y revenir les oignons paille jusqu'à ce qu'ils commencent à caraméliser.
- Ajoutez les oignons doux émincés, faites revenir jusqu'à ce qu'ils soient tendre. Salez et poivrez. Laissez cuire encore une à deux minutes.
- Coupez le feu, mélangez avec les oignons crus et réservez.
- Dans un saladier, battez en omelette les œufs avec le lait, le cumin et les graines de moutarde. Salez et poivrez.
- Foncez n moule à pâte avec la pâte brisée. Étalez la cuillère à soupe de moutarde à l'ancienne au fond.
- Répartissez les oignons sur le fond de tarte, puis la préparation (œuf/lait) et enfin parsemez d'emmenthal râpé.
- Enfournez pour 40 à 45 minutes environ à 180°C. La tarte doit être dorée à l'issue de la cuisson.

Servez cette tarte oignons doux tiède ou à température ambiante.

---

### **Astuces :**

- Pour les occitans, vous pouvez varier en ajoutant 1/2 botte d'aillets en plus.
- (1) Je préfère mettre du lait au lieu de la crème pour alléger la tarte. Si vous préférez une version crémeuse, remplacez par de la crème.

