

# TARTE AUX OIGNONS ET CUMIN

Pour 6 pers.

Préparation : 45 min - Cuisson : 40 min

Prix : 1,25€/pers (coût cuisson compris - produits bio)

## Pâte Brisée :

- 200g de farine
- 100g de beurre mou
- 1 càc (cuiller à café) de curcuma

- 1) Dans un grand récipient, mélangez la farine, le beurre en petits morceaux et le curcuma (qui donnera une belle couleur jaune à votre pâte!)
- 2) Avec une fourchette, écraser le beurre dans la farine jusqu'à ce que ça ressemble à du sable.
- 3) Ajouter un fond de verre d'eau en remuant avec la fourchette pour commencer à former une boule. Finir de former la boule avec les mains. Réserver.

## Appareil :

- 8 oignons jaunes ou rouges
- 1 yaourt nature au lait entier ou 20 cl de crème liquide
- 1 œuf
- 2 càc de cumin en poudre
- sel et poivre



- 1) Peler et émincer les oignons.

*Astuce : pour éviter de pleurer en coupant les oignons, enfiler des lunettes de piscine ou un masque de plongée ! OU passez vos mains, l'oignon et votre couteau bien aiguisé sous l'eau. Les molécules hydrophiles de l'oignon qui sautent dans vos yeux et vous font pleurer resteront sur vos mains et le couteau !*

- 2) Faites revenir à feu moyen les oignons dans une grande poêle avec un peu d'huile au fond. Pour que ça n'attache pas au fond, couvrez la poêle et remuez toutes les 2-3 min. On peut s'arrêter quand les oignons sont fondants (après environ 15-20 min).

Pour faire caraméliser les oignons, on peut les déglacer au vinaigre balsamique (en les arrosant rapidement), puis continuer la cuisson encore 10 min de plus pour leur faire sortir leur sucre.

- 3) Pendant ce temps, mélanger le yaourt (ou la crème), l'œuf et le cumin et assaisonner en sel et poivre selon votre goût.
- 4) Préchauffer le four à 180 °C.
- 5) Abaisser la pâte avec un rouleau à pâtisserie puis la placer dans un moule à tarte.

*Astuce : pour déplacer facilement la pâte étalée en cercle dans le plat, la plier en 4 puis la disposer avec l'angle au centre et puis la déplier.*

- 6) Disposer les oignons sur la pâte. Verser par-dessus l'appareil. Enfourner pendant 30 à 40 min à 180 °C.