

# TARTE AUX OIGNONS ROUGES, PERSIL & MOUTARDE



## Ingrédients :

- Pâte feuilletée ou brisée
- 6 à 8 gros oignons = 800g
- 1 botte de persil = 20 à 40g
- Huile végétale (olive ou tournesol) 4 càs = 30mL
- 3 œufs
- Crème fraîche 150 à 200mL
- Moutarde 2 càs = 40g
- Sel et poivre
- Facultatif : fromage au choix 50g

## Astuces :

- Remplacer la crème fraîche par du lait de coco, du fromage frais à tartiner ou du yaourt à la grecque.
- Emmental, parmesan, bleu, mimolette, reblochon...
- Les recettes de pâtes brisées sont sur le blog !

**Préparation : 15 minutes | Cuisson : 1h05 environ**  
**Pour une tarte de 4 à 6 personnes**

1. Préchauffer le four à **180°C**.
2. Éplucher et **émincer** les oignons.
3. Laver le persil et le **hacher finement** (au couteau ou à l'aide d'un petit mixeur)
4. Dans un **saladier** : **fouetter** les œufs, la crème fraîche, la moutarde, le sel, le poivre et le persil.
5. Dans une **poêle** sur **feu moyen** : verser l'huile végétale et faire revenir les oignons environ **15 minutes** jusqu'à ce qu'ils soient fondants en remuant souvent.
6. Dans un **plat à tarte** : étaler la pâte feuilletée ou brisée.
7. À l'aide d'une fourchette, **piquer** le fond de tarte.
8. Répartir les oignons sur le fond de tarte et verser l'appareil (= le mélange œufs/crème/moutarde/persil).
9. Facultatif : **parsemer** de fromage.
10. Enfourner pendant environ **50 minutes** jusqu'à ce que la tarte soit bien dorée (le temps de cuisson peut varier selon les fours).



@Recettes100faim.fr