



OIGNONS

LE CONFIT BASIQUE

Vous avez acheté au marché en fin de saison un énorme sac d'oignons ... pour le prix d'une livre chez votre primeur habituel . Vous avez bien fait
Beaucoup d'oignons meurent d'envie de “tourner” avant que vous n'ayez le temps d'en profiter ?? Qu'à cela ne tienne . On va faire plein de merveilleux petits pots qui nous régaleront pendant des mois ...
Même à l'improviste vous serez dépannée et ne regretterez pas votre achat ...un brin “mégalo” reconnaissez-le

Ingrédients :

des tas d'oignons éventuellement un peu de vinaigre blanc
PAS D'AROMATES (vous assaisonnerez au moment selon vos besoins) mais de l'huile de coude + de la patience et quelques trucs de LVC

Méthode:

Préparez une grande bassine d'eau tiède avec éventuellement un peu de vinaigre blanc où vous plongerez vos bulbes au fur et à mesure de la préparation

Rappelez vous la fiche de l'épluchage et de la découpe des oignons . Selon le même principe vous coupez d'abord en deux depuis la pointe .

Peut-être même avez vous déjà une cebette qui commence à pointer son petit nez bien vert tendre . Dans ce cas coupez l'oignon en deux en essayant d'éviter de massacrer la pointe . Parfois l'oignon est impeccable et -même s'il commence à pousser- la chair est nette . Épluchage des feuilles raides autour . Couper la queue(les racines) . C'est tout

Inversement il peut y avoir du dégât à l'intérieur . s'il y a des feuilles même qu'un peu beiges ou mollassonnees, n'hésitez pas à couper large car sinon ce seraient de mauvaises économies . Ce début de pourriture - ou de moisi selon les cas - donnerait mauvais goût et pourrait même empêcher une bonne conservation . Ce ne serait pas des économies mais du gâchis

Quand tout est prêt “montez” (mettez sur le feu) votre pot au feu avec une passoire au fond qui empêche de coller au fond et aide à la circulation de la vapeur qui va cuire les oignons. Quand l'eau bout mettez vos oignons bien égouttés à cuire . Remettez le couvercle pour que la vapeur circule bien partout Laissez cuire jusqu'à ce que les bulbes s'écrasent tous seuls . Sortez-les soigneusement en laissant s'égoutter le jus . N'ayez crainte ce ne sera pas perdu (note 3)

Réduisez vos bulbes en purée fine (mixer, “girafe” ou moulin légumes au choix) et remettez au feu le purée obtenue . Faites bien bouillir

Récupérez vos bocaux stériles (note 2) et vous les ouvrez au dernier moment . Remplissez de crème bouillante . Vérifiez bien que le bord est net . Vissez le bouchon et retournez sur le linge .

N'Y TOUCHEZ PLUS jusqu'au lendemain

NOTES TECHNIQUES:

(note 1) Ca marche pour tous les types d'oignons y compris les échalotes

T.S.V.P -->

Mais pour ces dernières je me permets de vous conseiller de les mettre en petits bocaux entiers (si possible) comme des fruits ou des légumes normaux , avec une stérilisation classique d’une demi-heure

(note 2) Stérilisation des bocaux ?? Vous ne vous rappelez pas ?? Bien propre, on rince sans égoutter à fond , on pose le couvercle dessus en vissant à peine et un petit tour au FAO . Vous voyez la vapeur qui sort de vos petits pots . Laissez faire **3 minutes** . Sortez-les avec un gant EN LES TENANT PAR LE VERRE et posez-les sur un linge épais . .

(note 3) Vous remettez le jus d’égouttage à bouillir et réduire un peu . Comme d’habitude vous gardez ce “bouillon” dans des bouteilles . Stérilisez comme pour les bocaux vos bouteilles à couvercles à vis . Voila d’excellentes ressources pour des potages , sauces etc ...

Tiens testez en guise de “gaspacho” , bien glacé avec des petits cubes de pêches ou de melon jaune et des petits croûtons bien brûlants

NOTES DIÉTÉTIQUES

Pour les “sans sel” pas de problème : on en a pas mis !

Pour les “sans gluten” c’est parfait

Pour les “sans gras” y en a pas !

Pour les “sans sucre” certes il y a un peu dans l’oignon mais comme ainsi vous pourrez n’en utiliser que très peu en fonction de vos besoins d’arôme ce ne sera pas trop grave

et puis vous connaissez ma formule :

ON FE CA KOI KON PEU AVE CA KOI KON A

NB

Tant que vous êtes à préparer des oignons , récupérez donc quelques louches de votre “crème” , assaisonnez de bon goût de poudre de Perlimpimpin de Noël (cannelle, gingembre, noix de muscade (ou mieux macis si vous en trouvez, un rien de poivre blanc et de baies roses) . Ajoutez cassonade brune, ou mélasse, ou sucre repaya voir du miel et faites recuire à feu très très doux ... très très longtemps

Pour les “sans sucre” ?? Ils peuvent tout à fait mettre leur “faux sucre” à eux pourvu qu’il soit thermostable bien sûr mais à la fin de la cuisson

Vous avez un genre de “chutney” qui marche superbement avec de la viande froide, dans un sandwich ... et essayez de remplacer le ketchup de votre petit fils avec des VRAIES frites : essayez vous verrez ... racontez moi à : la.vieille.chouette@wanadoo.fr