

# Soupe à l'oignon à la parisienne

## Plat chaud



Note : 1

Portions :4 parts

Difficulté : 1

Temps de préparation :5 min

Temps de cuisson/repos :25 min

Calories par portion : 379.5 Kcal

Charge glycémique par portion: 24.5

## Les ingrédients

- 1.0 u baguette
- 4.0 u Oignon
- 30.0 gr Beurre
- 125.0 gr Gruyère
- 1.0 l Bouillon de boeuf

## Etape 1: Préparation de la soupe

Emincer les oignons finement,

Faire fondre le beurre dans une grande poêle, y faire roussir légèrement les oignons.

Cuire à feu moyen pendant 5 à 10 minutes sans cesser de remuer et sans faire brûler.

Mouiller avec 250 ml d'eau et porter à ébullition,

Réduire le feu et laisser mijoter avec un couvercle pendant 15 minutes.

Ajouter le bouillon de boeuf, porter à ébullition et laisser mijoter 3 à 5 minutes.

## Etape 3: Préparation des tartines de pain

Faire griller les tranches de pain des deux côtés, couvrir de fromage rapé et faire griller encore une minute.

Disposer les tartines dans les bols et y verser la soupe très chaude.

La servir immédiatement.

Idée: mélanger les fromages rapés (tout fromage à pate dure sont excellents)

