

Tarte aux oignons et aux dés de jambon

Plat chaud



Note : 1

Portions :6 parts

Difficulté : 2

Temps de préparation :25 min

Temps de cuisson/repos :30 min

Calories par portion : 424.667 Kcal

Charge glycémique par portion: 1.53

Les ingrédients

- 4.0 u Oignon
- 150.0 gr Dés de jambon
- 1.0 u Pâte brisée
- 2.0 u Oeuf
- 20.0 cl Crème liquide 30pc
- 10.0 cl lait demi écrémé
- 2.0 cs Huile d'Olive
- 1.0 cs Miel
- 1.0 cs Cassonade
- 1.0 p Sel
- 1.0 p Poivre
- 50.0 gr Gruyère rapé

Une tarte d'hiver...

Préchauffez le four 180°C - Th 6

Préparation des légumes

Pelez les oignons, et émincez les. Faites chauffer l'huile dans une poêle et y faire suer les oignons pendant 20min. Puis ajouter la cassonade, le miel et les laisser les oignons caramélisés pendant 10 min à feux vif. Mélanger fréquemment.

Préparation de l'appareil

Dans un saladier, mélanger: les oeufs, la crème, le lait. Salez et poivrez à votre convenance.

Faire cuire la pâte Brisée à blanc.

Puis répartir dessus: les oignons, la préparation ci-dessus, les dés de jambon, le fromage râpé.

Cuisson

Enfournez pour 30 min.

Attendez quelques minutes avant de démouler la tarte.

Présentation

Plat d'hiver à déguster avec un salade d'endives.