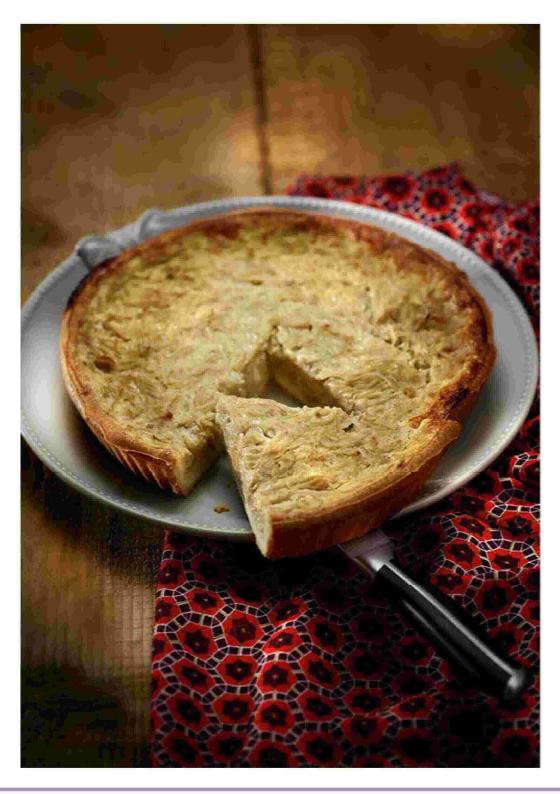
## **TARTE À L'OIGNON**



Pâte : 125 g de farine d'épeautre • 60 g de beurre ou de margarine • sel

Garniture : 600 g d'oignons • 1 œuf • 10 g de farine • 20 cl de lait demi-écrémé ou de lait de soja • 50 g de gruyère râpé • muscade • sel, poivre

Mélangez la farine, une pincée de sel et la matière grasse, puis ajoutez 2 cuillerées à soupe d'eau pour former le pâton. Laissez reposer 15 à 20 minutes avant d'étaler. Pelez et coupez finement les oignons. Faites-les cuire à l'étouffée avec sel, poivre et muscade pendant 15 minutes. En fin de cuisson, ajoutez la farine et mélangez. Disposez la pâte sur un moule à tarte à revêtement antiadhésif de 24 cm de diamètre. Répartissez les oignons cuits sur la pâte. Battez l'œuf en omelette avec le lait, versez sur les oignons, puis saupoudrez de gruyère râpé. Faites cuire au four pendant 25 à 35 minutes. Servez chaud ou tiède avec une salade verte.