

ÉCHALOTES CONFITES AU MIEL

Octobre 2003 (Actualisé en janvier 2017)

Ingrédients (4 personnes) :

- ★ 500 g d'échalotes
- ★ 40 g de beurre
- ★ 2 cuillères à soupe de vinaigre d'alcool
- ★ 4 cuillères à soupe de miel liquide (acacia)
- ★ 10 g de gingembre frais
- ★ 1 orange non traitée (Bio)
- ★ Sel fin, poivre du moulin

Ustensiles : Casserole, Râpe

Préparation : 10 mn

Cuisson : 30 mn

Difficulté : Facile

Coût (indicatif) : 3,80 € (soit 0,95 € par personne)



Recette :

Peler les échalotes. Brosser l'orange sous l'eau courante, l'essuyer et prélever le zeste; le détailler en fine julienne. Faire revenir les échalotes dans une casserole avec le beurre pendant 10 minutes à feu doux sans les laisser colorer. Ajouter alors le vinaigre, le miel, le gingembre râpé et le zeste d'orange. Saler et poivrer. Verser 30 cl d'eau chaude, remuer régulièrement en laissant réduire sur feu doux durant une vingtaine de minutes, jusqu'à ce que le liquide soit presque entièrement évaporé. Rectifier éventuellement l'assaisonnement et servir chaud en accompagnement d'une viande ou d'une volaille rôtie.