

L'OIGNON JAUNE



Saviez-vous que?

Grâce aux techniques d'entreposage, on peut acheter des oignons du Québec en épicerie toute l'année.

Comment les choisir?

On choisit un oignon ferme et sans germe (petite pousse verte). L'oignon est enrobé d'une pelure qui ressemble à une fine couche de papier. Il est normal qu'elle se détache.

Bon à savoir!

On pleure en coupant un oignon parce qu'il libère un gaz qui pique les yeux. Nos yeux réagissent alors en produisant des larmes pour se protéger. Même si c'est un peu désagréable, il n'y a **rien de dangereux!** Pour essayer de diminuer cette réaction, on peut réfrigérer l'oignon avant de le couper et utiliser un couteau tranchant aiguisé.

Le truc anti-gaspillage

Un surplus d'oignon? Il peut être **congelé** (cru ou cuit) dans un contenant hermétique. Coupez-le en petits morceaux pour l'utiliser plus facilement dans vos recettes par la suite. On peut aussi l'utiliser pour préparer un **savoureux bouillon maison**.

Suggestions d'utilisation

Utilisez l'oignon cuit pour donner de la saveur aux **soupes**, aux **potages** et aux **sauces**.

- Mariez-le avec des **œufs** dans une quiche ou une omelette.
- Rehaussez le goût des burgers et « grilled cheese » avec des **oignons caramélisés**. Savourez l'oignon dans une réconfortante **soupe à l'oignon gratinée!**

Comment les conserver?

On conserve l'oignon dans un endroit **frais, sec, sombre** et **bien aéré** (comme un garde-manger ou un sous-sol). Une fois coupé, l'oignon se conservera 3 à 4 jours dans un contenant hermétique au réfrigérateur.