

Oignons frits

écrit par Pariseyn | 13 novembre 2021



Dans le monde du sandwich, les oignons frits servent souvent de garnitures, mais on les retrouve également en cuisine traditionnelle dans des soupes, des salades, bref partout où on souhaite ajouter un bon goût d'oignon et du croustillant. Bien sûr, on peut s'en procurer des tous faits dans le commerce, mais c'est extrêmement facile à faire soi-même. Il n'y a besoin de rien d'autre que d'oignons et de quoi les faire frire (fritteuse ou poêle avec quelques centimètres d'huile) : pas de lait, pas de farine, ni paprika, ni panure, ni pâte à beignet, non rien de tout cela. On va simplement utiliser un phénomène naturel : la recristallisation du sucre contenu dans les oignons. On peut le constater soi-même en mettant du sucre en poudre dans une casserole à feu doux, puis quand le caramel est fait, à le verser sur une plaque de cuisson revêtue de papier cuisson. Après refroidissement, la plaque de sucre fondu est redevenue cassante : le sucre a recristallisé. La seule difficulté est d'être très attentif au moment où la coloration commence et à l'arrêter avant qu'elle ne devienne trop prononcée. Si l'opération est réussie, on obtient des oignons croustillants et bien dorés. Si c'est raté, ça n'est pas bien grave : on jette et on recommence ! De ce point de vue, la cuisson à la poêle ou au wok est bien plus satisfaisante que la cuisson en fritteuse électrique : on contrôle beaucoup mieux la coloration et l'avancement de la cuisson.

Ingrédients :

4 beaux oignons jaunes (environ 900 g)

De l'huile de friture

Mettre 3 cm d'huile ou de graisse végétale dans une poêle

creuse et faire préchauffer à feu moyen.

Eplucher les oignons et les couper en deux.

Emincer chaque demi-oignon (il reste environ 780 g).



Enlever le trognon pour faciliter la séparation des lamelles



Émincer chaque demi-oignon



Le résultat que l'on obtient

Préparer 3 lèchefrites revêtues de papier absorbant.

Quand l'huile a atteint 170 à 180 °C, plonger un tiers des oignons. La température redescend vers 110 °C.

Mettre la plaque à induction sur « P » (Power Booster) pour faire remonter la température et rester sur cette position.

Il faut remuer pratiquement continuellement pour éviter que les oignons à la partie inférieure ne cuisent plus vite que ceux du dessus.

Il faut environ 10 à 15 minutes (11 minutes pour moi) pour que les oignons atteignent la coloration voulue (ils vont encore légèrement colorer pendant quelques minutes après être sortis du bain de cuisson).

Récupérer les oignons à l'aide d'une écumoire et les presser à l'aide d'une grande cuillère au-dessus de l'huile pour en extraire un maximum.

Poser les oignons sur le papier absorbant.

A l'aide d'une ou deux fourchettes, éparpiller les oignons délicatement sur la plaque pour les décoller les uns des autres et pour qu'ils ne s'amalgament pas entre eux. Les oignons doivent être sur une seule couche.

Procéder de même pour les 2 autres lots.

Laisser refroidir environ 1 heure.



Surveiller la cuisson de près en remuant sans arrêt



Essorer à l'aide d'une autre spatule



Bien répartir sur une couche

Si tout a été fait correctement, on obtient des oignons croustillants, et bien secs.

La quantité traitée ci-dessus donne environ 220 g d'oignons frits, soit le quart de la valeur de départ !