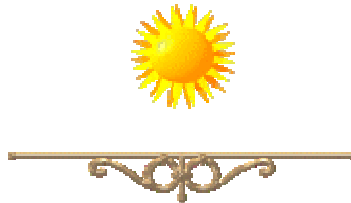


Fiche recette 15

Échalotes à la Grecque.

(Plat végétarien). Préparation : 20 minutes - Cuisson : 10 minutes



Ingrédients pour 4 personnes.

500 g d'échalotes, 3 cuillers à soupe d'huile d'olives, 3 cuillers à soupe de sucre glace ou de miel liquide, 2 cuillers à soupe de vinaigre de vin, 4 cuillers à soupe de vin blanc sec, 1 cuiller à soupe de concentré de tomates, 2 tomates mondées, 100 g de raisins secs (facultatif), du sel de du poivre.

Réalisation.

Laver les raisins secs et les mettre à gonfler 1/4 d'heure dans une terrine avec le vin blanc. Éplucher les échalotes. Faire chauffer l'huile dans une sauteuse, ajouter les échalotes, le miel ou le sucre, et laisser dorer pendant 30 secondes. Mouiller tout de suite avec le vinaigre et le vin blanc avec les raisins, et mélanger avec précaution pour ne pas casser les échalotes. Ajouter le concentré et le concassé de tomates et mélanger doucement. Porter à ébullition et laisser cuire à feu vif jusqu'à épaississement, (environ dix minutes). Assaisonner et servir. Ce plat peut aussi se servir froid au sortir du réfrigérateur.