




-  Onion
-  Cebolla
-  Zwiebel
-  Cipolla

# Zébulon l'oignon

## NOM D'ORIGINE

Le mot oignon vient du latin populaire ūniōnem de unus (« un ») parce que contrairement à l'ail, il n'a qu'un seul et unique bulbe.

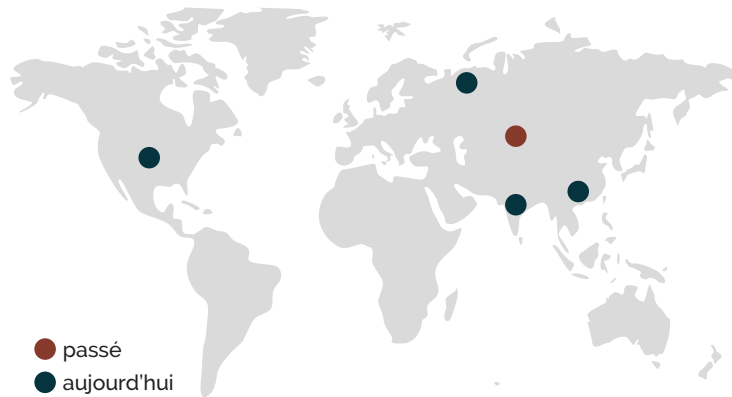
### Pour la petite histoire...

Déjà connu dans l'Antiquité, l'oignon est probablement originaire d'Asie centrale. Très prisé en Egypte, en Grèce, en Gaule et chez les Romains, notamment grâce à ses multiples vertus que nos ancêtres avaient déjà découvertes, il figurait dans la composition de nombreux plats. Au XVe siècle, l'oignon est l'une des premières plantes européennes à être cultivées en Amérique. Avec ses propriétés anti-scorbutiques, et de sa capacité de conservation l'oignon est devenu l'aliment préféré des marins.



### D'où vient l'oignon ?

A l'origine l'oignon provient d'Asie centrale.



- passé
- aujourd'hui

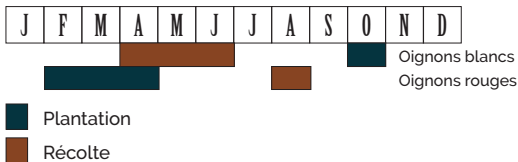


### Et aujourd'hui ?

En Chine, en Inde, en Russie, et aux Etats-Unis



### J'en veux dans mon jardin !



### Allez ! Aux fourneaux !

### Confiture d'oignons

Préparation : 10 min  
Cuisson : 3 heures

#### INGRÉDIENTS

- 1kg d'oignon
- 1/2 l de vin blanc sec
- 150 g de sucre
- 2 dl de vinaigre de vin
- Poivre
- Sel

#### ÉTAPE

- 1 - Faire revenir les oignons dans un peu d'huile. Faire mijoter dans une casserole le vin blanc sec, le sucre, sel et poivre.
- 2 - Lorsque les oignons sont transparents, les mouiller avec 2dl de vinaigre de vin.
- 3 - Après 2 mn d'ébullition, ajouter le contenu de la casserole. Couvrir aux 3/4, laisser mijoter 3h30 à 4h à feu très doux.

### Quels sont ses bienfaits ?



Pour la respiration



Système immunitaire



Tension artérielle



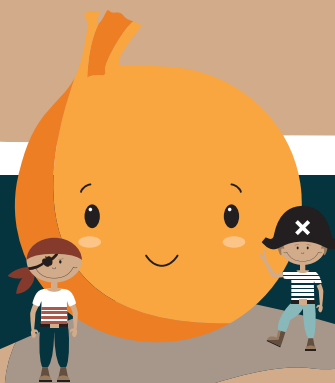
Problèmes urinaires



Allié minceur



Pour les os



3++ pirates