

PAPILLOTE DE SAUMON AUX LÉGUMES DU JARDIN





Temps de préparation :



Niveau de difficulté :



Ingrédient (pour 2 personnes):

- Pavé de saumon x 2 Sacrebleu
- 1 carotte
- 1 poireau
- 1 tomate
- 25 cl de crème liquide
- Une noisette de beurre
- Sel
- Poivre

Préparation de la recette :



Étape 1: Déposer vos 2 pavés côté peau sur une feuille sulfurisée

Étape 2: Saler et poivrer à votre goût

Étape 3: Éplucher une carotte puis à l'aide d'un économe disposer des lamelles de carottes au-dessus des pavés

Étape 4 : Disposer de fins tronçons de blanc de poireau

Étape 5 : Ajouter quelques rondelles de tomates **Étape 6 :** Verser 2 c.à.s de crème liquide sur le tout

Étape 7: Fermer vos papillotes

Étape 8 : Envelopper votre papillote dans une feuille d'aluminium

Étape 9 : Enfourner à four chaud à 180°C pendant 18 minutes

En accompagnement : Riz, Tagliatelle,