

CHOUCROUTE DE LA MER EN PAPILOTES EXPRESS



Ingrédients (pour 4 personnes) :

800 g de chou cuit
800 g de filet de poisson (flétan, cabillaud, saumon...)
8 cs de crème fraîche
4 cs de jus de citron
4 brins de coriandre
sel et poivre du moulin
1 petit piment (facultatif)
1 filet d'huile d'olive

- Préchauffez le four à 180°C (Th 6).
- Coupez 4 feuilles de papier aluminium pour faire les papillotes, répartissez en parts égales dans chaque papillotes, le chou, 1 première cs de crème, 1 morceau de poisson, 1 autre cs de crème, 1 cs de citron, 1 brin de coriandre, le sel et le poivre du moulin, 1 ou 2 petits morceaux de piment et versez 1 filet d'huile d'olive.
- Fermez hermétiquement les papillotes et le posez sur un plaque.
- Faites cuire pendant 20 minutes à 180°C (Th 6).
- Servez directement dans la papillote.