

PAPILLOTE DE POISSON, TAGLIATELLES DE LEGUMES

Recette proposée par Emilie



Préparation : 10 min - **Repos :** - - **Cuisson :** 40 min - **Matériel :** -

Ingédients : 2 personnes

- 2 filets de poisson - 1 poireau - 1 carotte - 5 champignons frais - 1 courgette - ail, persil, huile d'olive -
papier pour papillotes ou papier cuisson

1. Coupez vos poireaux en rondelles ainsi que les champignons, déposez les rondelles de poireaux sur le papier et mettre le poisson sur le dessus (le faire pour les 2).

2. Y ajouter les rondelles de champignons et y verser un filet d'huile d'olive et parsemer d'un peu d'ail concassé et de persil finement haché, saler et poivrer à votre convenance.

3. Fermez vos papillotes et les disposer ds le panier vapeur, en ayant mis de l'eau ds la cuve au préalable (500ml), fermez le robot et mettre le programme vapeur pour 10 min.

4. Pendant ce temps lavez et épluchez votre courgette et carotte et à l'aide d'un économe y faire les tagliatelles et les placer sur la grille du panier vapeur.

5. A la fin des 10 minutes, ajoutez la grille avec vos légumes sur le panier vapeur et programmez "vapeur" pour 20 min puis dégustez.

Astuce du chef :

ceci peut être accompagné de riz ou pommes de terre au four avec une pointe de crème à sa sortie! Et vous pouvez également y mettre un filet de vin blanc ds vos papillotes pour encore plus de goût.

Les recettes des internautes ne sont pas retestées par Magimix

Auteur : Emilie