

Papillote de saumon au fromage frais



Ingrédients : 4 pavés de saumon, 150 g de fromage Tartare, 2 carottes, 2 courgettes, 3 cs de crème liquide, del.

Peler les carottes et laver les courgettes. A l'aide d'un épluche-légumes, les détailler en fines lanières et les blanchir 2 min à l'eau bouillante salée.

Mélanger à la fourchette le fromage et la crème liquide. Déposer le poisson préalablement décongelé au centre de 4 carrés de papier d'aluminium, répartir dessus le fromage, ajouter les légumes.

Fermer les papillotes et cuire 15 min au four préchauffé à 180°C.