

Papillotes crevettes lieu noir



Ingrédients nécessaires

massalé : 5cc
lieu noir : 400g
crevettes décortiquées : 125g
poivre : 6 pincée(s)
sel : 5 pincée(s)
crème liquide : 2cs
poireau : 1

Préambule

Le lieu noir est un poisson doux qui se marie bien avec d'autres saveurs plus originales comme les crevettes. Amuse-toi à en faire des papillotes. C'est bon et équilibré !

ATTENTION :

Pour certaines étapes des recettes de Lapinou, la présence d'un adulte est nécessaire. Ne laissez pas les enfants livrés à eux-mêmes pour éviter tout accident.

Etape 1

Demande à un adulte de préchauffer le four à 180°C.
Commence par éplucher le poireau, par le couper en petits morceaux et par le faire revenir à la poêle avec de la crème et du massalé.
Ensuite, place ton poisson au fond des papillotes. Sale et poivre.



Etape 2

Recouvre avec le poireau cuit.



Etape 3

Ajoute par-dessus les crevettes décortiquées.



Etape 4

Sale et poivre une nouvelle fois.



Etape 5

Demande à un adulte de faire cuire les papillotes 20 minutes à 180°C. C'est prêt, à table !

