

# les recettes d'Alice

## Cabillaud aux légumes et gingembre en papillote



### Ingrédients

4 filets de cabillaud  
1 ciboule  
2 poireaux  
2 c à s de vinaigre de vin blanc  
1 carotte  
2 c à s de sauce soja  
Gingembre frais

### Matériel nécessaire

4 papillotes en silicone  
1 mandoline  
1 râpe

### Préparation et réalisation

- 1- Eplucher la carotte, laver les poireaux. Tailler la carotte en julienne avec la mandoline. Tailler aussi les poireaux en julienne. Râper la valeur de 1 cm de gingembre. Couper la ciboule finement.
- 2- Mélanger le vinaigre et la sauce soja aux légumes.
- 3- Déposer un filet de poisson dans chaque papillote, assaisonner et répartir les légumes dessus.
- 4- Cuire au four à 210° environ 15 à 20 min.

### Conseils et astuces

Servir à côté un ramequin de sauce soja.

Alice Délice

