

les recettes d'Alice

Papillote de courgette, chèvre et pomme



4 personnes



Traditionnel



Plat annuel



Économique



15 minutes



8 minutes



Facile

INGREDIENTS

2 courgettes longues
1 bûche de fromage de chèvre
1 pomme
10 cl de crème épaisse
2 brins de coriandre

MATERIEL NECESSAIRE

Papillote en silicone 1 mandoline

PREPARATION ET REALISATION

- 1- Laver les courgettes et les tailler en fines tranches dans la longueur à l'aide d'une mandoline. Peler la pomme et la vider. La tailler en lamelles très fines.
- 2- Couper le fromage en rondelles.
- 3- Hacher grossièrement la coriandre et la mélanger à la crème, assaisonner.
- 4- Repartir les courgettes dans le fond des papillotes. Ajouter ensuite la crème, les pommes et finir avec le fromage et des feuilles de coriandre.
- 5- Refermer les papillotes et cuire au four 8 min à 210°.

CONSEILS ET ASTUCES

La cuisson peut se faire au micro-onde environ 3 à 4 min.

Alice Délice

