

## Légumes croquants et gambas en papillote



4 personnes



Traditionnel



Plat annuel



Économique



20 minutes



10 minutes



Facile

### INGREDIENTS

24 gambas	200 gr de soja frais
20 radis	10 cl d'huile d'olive
200 gr de pois gourmand	5 cl de vinaigre balsamique
160 gr de champignons de Paris	

### MATERIEL NECESSAIRE

Papillote en silicone

### PREPARATION ET REALISATION

- 1- Rincer les légumes. Couper les radis en rondelles. Emincer finement les pois gourmands. Couper les champignons en lamelles.
- 2- Mélanger les radis, le soja, les champignons et les pois gourmands et les déposer dans le fond des papillotes. Assaisonner.
- 3- Décortiquer les gambas et les répartir sur les légumes. Assaisonner.
- 4- Mélanger l'huile et le vinaigre dans un bol.
- 5- Cuire les papillotes au four à 210° 10 min.
- 6- À la sortie du four ajouter 1 c à s de vinaigrette dans chaque papillote, refermer 5 min puis servir.

### CONSEILS ET ASTUCES

Alice Délice

