PLAT

Poulet au céleri et au raifort en papillotte

Durée total réalisation : 45 mn

- Temps préparation : 30 mn
- Temps repos : mn
- Temps cuisson : 15 mn

Ingrédients (pour 4) :

- 4 filets de poulet
- 400 g de céleri boule
- 1 cs de cerneaux de noix concassés
- 1 cs d'huile de noix
- 1 cs de raifort en poudre
- 3 cs de crème de soja
- Persil
- Sel et poivre

Préparation de la recette :

Étape 1

Mixer finement le persil.

Étape 2

Ajouter à la crème de soja le persil , l'huile de noix et le raifort..

Étape 3

Emincer le poulet et le faire mariner 20 mn.

Étape 4

Couper 4 grands morceaux de papier sulfurisé.

Étape 5

Répartir au centre le poulet émincé et mariné.

Étape 6

Y ajouter des morceaux de céleri, saupoudrer de noix concassés de sel et de poivre.

Étape 7

Répartir la marinade.

Étape 8

Fermer les papillotes (replier le papier sulfurisé et le tenir de chaque côté avec de la ficelle à rôtir).