

Papillotes de volailles au gaillet

Ingrédients par personne : 1 poitrine de volaille, 80 g de carottes crues, 80 g de poireaux crus, 20 g de beurre, 50 g de gaillet, sel, poivre

- Couper un carré de papier aluminium de 20 cm.
- Posez au centre une mée de carottes et de poireaux taillés en petits morceaux, une petite noix de beurre et la poitrine de volaille par-dessus. Salez, poivrez.
- Parsemer de gaillet et ajouter 5 cl d'eau ou de bouillon de volaille.
- Refermer la papillote, sceller bien les coins

Enfourner pour 20 mn à 200°

Servir avec du riz.