



Julie Zyromski

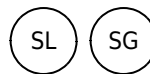
Papillotes de morue

Portions: 4 papillottes

Préparation: 20 minutes

Cuisson: 12 minutes

 4



Ingrédients

1 navet, épluché et tranché en très fines tranches
4 filets de morue fraîche (ou autre poisson à chair blanche) sans la peau
1 bulbe de fenouil, émincé
2 gousses d'ail, émincées
20 olives kalamata
60 ml ($\frac{1}{4}$ tasse) de tomates séchées, tranchées
Feuilles d'origan frais, au goût
80 ml ($\frac{1}{3}$ tasse_) d'huile d'olive extra vierge
Sel et poivre

Étapes

1. Préchauffer le BBQ au feu maximum.
2. Découper 4 feuilles de papier parchemin d'environ 45 cm x 45 cm (18 pouces X 18 pouces). Déposer sur chacune d'elle, le $\frac{1}{4}$ des tranches de navet et ajouter un filet d'huile d'olive, du sel et du poivre sur celui-ci. Déposer les filets de morue sur le navet.
3. Répartir le $\frac{1}{4}$ de chacun des autres ingrédients dans les papillotes en terminant avec une généreuse portion d'origan, d'huile d'olive, de sel et de poivre.
4. Refermer les papillotes en joignant les deux côtés extérieurs ensemble, puis en les pliant sur eux-mêmes jusqu'à ce que le poisson soit bien emprisonné. Replier les deux extrémités vers l'intérieur pour les coincer dans le papier déjà fermé du milieu.
5. Déposer les papillotes dans une poêle en fonte*, puis sur la grille du BBQ.
Cuire de 10 à 12 minutes selon l'épaisseur du poisson. Servir aussitôt!

*Si vous n'avez pas de poêle en fonte, utilisez une plaque à cuisson ou n'importe quel contenant assez résistant pour aller sur le BBQ, mais ne mettez pas les papillotes directement sur la grille du BBQ.