



## Papillote de poulet au melon



4 pers



15 mn

### Les ingrédients

- 800 g de filet de poulet
- 1 melon
- 2 citrons verts
- 1 orange
- 1 piment vert
- 1 filet d'huile d'olive
- Sel et poivre du moulin

### La recette

#### Etape 1

Préchauffez le four à Th. 6 (180 °C). Lavez et frottez un citron et l'orange. Coupez-les en rondelles. Pressez le deuxième citron. Ouvrez le melon, pépinez-le, écorcez-le et tranchez-le. Lavez, épépinez et taillez le piment en petits dés.

#### Etape 2

Coupez le poulet en morceaux et placez ceux-ci dans un plat creux. Arrosez du jus de citron et du filet d'huile d'olive. Salez et poivrez.

#### Etape 3

Découpez 4 carrés de papier sulfurisé de 12 cm de côté. Répartissez au centre le poulet avec des tranches de melon, des rondelles de citron et d'orange et des dés de piment.

#### Etape 4

Fermez hermétiquement les papillotes, placez-les sur la plaque du four et enfournez pour 20 minutes. Servez aussitôt.

