

Papillote détox de poisson

4 pers 40 mn

Les **ingrédients**

- 2 filets de cabillaud (150g chacun)
- 2 échalotes
- 1 carotte
- 1 citron
- Cumin
- Curcuma
- Basilic
- Sel, poivre

La **recette**

Etape 1

Découper des feuilles de papier sulfurisé. Placer un filet de poisson au centre de chacune.

Etape 2

Peler et hacher les échalotes. Laver et détailler les carottes en julienne.

Etape 3

Déposer les carottes et les échalotes sur le poisson. Arroser de jus de citron. Saler, poivrer et saupoudrer de cumin et curcuma. Parsemer de basilic.

Etape 4

Refermer les papillotes et enfourner 10 minutes.