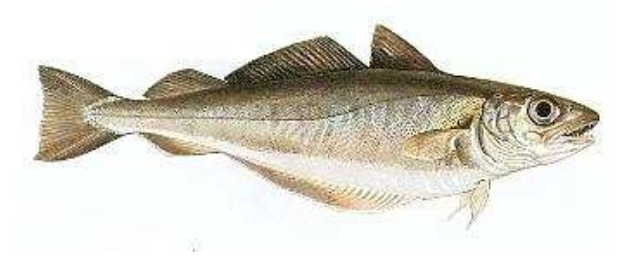


Papillote de merlan à la provençale



Préparation: 30mn

Pour 4 personnes :

- Filets de merlan-----4
- Poivron rouge-----1/2
- Huile d'olive au basilic-----4 cuillères à soupe
- Courgettes-----2
- Vin blanc sec-----4 cuillères à soupe
- Echalote-----1
- Sel & Poivre-----

Pelez et émincez l'échalote.

Epluchez le poivron et coupez le en petits dés.

Lavez, essuyez et coupez les courgettes en fines lanières (avec un économe par exemple).

Découpez 4 feuilles de papier sulfurisé, pliez chaque feuille et disposez au centre un peu de courgettes, un filet de merlan et de l'échalote. Couvrir avec les courgettes restantes.

Arrosez de vin blanc et d'huile au basilic.

Salez, poivrez et fermez les papillotes.

Enfournez 10mn à 180°C