



TM6

TM5

Papillotes de poulet, tomate et mozzarella

★★★★★ 4.4 (134 évaluations)



AU MENU AUJOURD'HUI



AJOUTER



Niveau
facile

[Découvrir](https://cookidoo.fr/recipes/recipe/fr-FR/r706868)



Temps total

35min



Nombre de portions

4 portions



Ingrédients

8 tranches de jambon de Parme, très fines (100 g)

4 filets de poulet, ouverts en deux dans l'épaisseur

poivre moulu

sel

125 g de mozzarella, égouttée et coupée en huit demi-tranches

10 tomates cerise, coupées en deux

4 brins de basilic frais, effeuillés

1000 g d'eau

Infos nut.

par 1 portion

Calories

1161 kJ / 276 kcal

Protides

41 g

Glucides

2 g

Lipides

[Découvrir](#)



Préparation

- 1 Étalez une feuille de papier cuisson sur le plan de travail, disposez dessus 2 tranches de jambon côte à côte puis, par-dessus, un filet de poulet. Poivrez, salez légèrement.
- 2 Disposez 2 demi-tranches de mozzarella sur le poulet, 5 demi-tomates cerise et 2 feuilles de basilic. Repliez les extrémités du papier cuisson sans trop serrer. Renouvelez la même opération pour les trois autres papillotes.
- 3 Versez l'eau dans le bol. Installez 2 papillotes dans le Varoma et 2 sur le plateau vapeur. Mettez en place l'ensemble Varoma. Faites cuire **20 min/Varoma/vitesse 2**. Laissez reposer 5 min avant d'ouvrir les papillotes et de servir.

Tags

#Déjeuner

#Dîner

#Plat principal

#Volaille

#Cuisson au Varoma

#Rapide

#Quotidien

#Partenaires

#Saveurs

Ustensiles utiles

papier cuisson

Conseils et astuces

Recette réalisée par le magazine Saveurs Thermomix® - © Saveurs Thermomix®, photo David Japy. Stylisme Laurence du Tilly.

Accompagnez d'une sauce : récupérez le jus de cuisson des papillotes après leur ouverture, versez-le dans le bol avec 100 g de tomates cerise et 8 feuilles de basilic, ajoutez 4 c. à soupe d'huile d'olive, salez, poivrez puis mixez **10 sec/vitesse 6**.

[Découvrir](#)



Collection(s)



Saveurs Thermomix® n°15
65 Recettes, France

Recettes alternatives



Keftas de bœuf,
courgettes et...
★★★★★ (182)



Dinde à la crème,
au bacon et au...
★★★★★ (255)



Tomates farcies
au chèvre et au...
★★★★★ (128)



Spaghetti à la
crème de...
★★★★★ (267)



Fil
sa
★

© Copyright 2024

Conditions d'utilisation

Politique de confidentialité

Non-responsabilité

Mentions légales

Cookies

Contenu du rapport

français