

Papillote de poisson aux scampis et moules

Ingrédients pour 2 papillotes :

1 petite queue de lotte
200 g de moules
200 g de gros scampis
3 pommes de terre
2 cuillères à soupe d'olives taggiasca (ou noires)
6 tomates séchées à l'huile
1/2 oignon rouge
Origan
Piment
Huile d'olive extra vierge
Sel

Retirez la peau de la lotte et divisez-la en deux en enlevant l'arrête centrale. Ensuite, coupez la chair en morceaux assez gros.

Vous pouvez aussi utiliser d'autres poissons : Si vous utilisez de l'espadon, retirez la peau et les parties sombres. Si vous utilisez des filets de saumon, de dorade ou de bar, pensez à retirer les arrêtes avec une pince.

Décortiquez les scampis en ne laissant que la partie terminale de la carapace et retirez le filament noir (tube digestif).

Bien laver les moules en enlevant les incrustations sur la coquille.

Coupez deux assez grands morceaux de papier sulfurisé et placez les tranches de pommes de terre au centre de chacune, sans les superposer.

Disposer l'oignon, la lotte, les scampis (2-3 par paquet, selon la taille) et les moules (4-5 chaque paquet) sur le dessus. Ajouter les olives et les tomates séchées.

Assaisonnez de sel, d'un filet d'huile d'olive extra vierge, d'une pincée d'origan et d'une pincée de piment si vous le souhaitez.

Fermez les colis et enveloppez chacun dans une feuille de papier d'aluminium, afin qu'ils ne s'ouvrent pas.

Disposez-les sur une plaque à pâtisserie et mettez-les dans un four à air pulsé, à 180-190 °.

Cuire de 20 à 25 minutes, selon la taille des morceaux de poisson. Les moules s'ouvriront avec la vapeur formée à l'intérieur.

La papillote de poisson avec scampis et moules est prête. En servir une par personne.

Je vous conseille d'amener les sachets à table dès qu'ils sont prêts, encore semi-fermés, pour qu'ils gardent tout leur parfum !