

PAPILLOTE DE POULET A LA MAROCAINE

POUR 2 PERSONNES

- 2 blancs de poulet.
- 2 c soupe d'huile d'olive.
- 1 citron jaune.
- 1 c café de curcuma.
- ½ c café de ras el hanout.
- 6 olives vertes dénoyautées.
- Sel, poivre.



Faire chauffer le four à 180°.

Presser le jus de citron et le mélanger avec le curcuma, l'huile d'olive, le ras el hanout, du sel et du poivre.

Ajouter les blancs de poulet, les enrober de la marinade, filmer le plat et l'entreposer 1 h au réfrigérateur.

Former les papillotes avec du papier sulfurisé, y déposer le poulet avec sa marinade, rajouter les olives vertes et 4cl d'eau chaude. Refermer hermétiquement la papillote, la déposer sur une plaque de cuisson et enfourner pendant 20 mn environ.

Accompagner de riz blanc.