



Papillote de moules à l'asiatique



Temps de préparation

< 30 min



Difficulté

Facile



Ingrédients

- 1 piment rouge
- 2 centimètres de gingembre frais
- 1/2 courgette
- 2 kilogrammes de moules (nettoyées)
- 2 gousses d'ail (pressées)
- 200 ml de lait de coco
- 2 cuillères à soupe de sauce soja
- 1 cuillerée à thé de curry en poudre
- 2 oignons de printemps (en rondelles)
- 1 poignée de coriandre (ou de persil plat)
- 1 citron vert (jus)

Méthode de préparation

- 1.** Préchauffez le four à 200 °C. Coupez le piment rouge en fines rondelles et râpez le gingembre. Coupez la courgette en petits dés.
- 2.** Répartissez les moules sur 4 grandes feuilles de papier cuisson. Ajoutez les dés de courgette, le piment, le gingembre et l'ail pressé.
- 3.** Mélangez le lait de coco avec la sauce soja et le curry en poudre, puis versez sur les moules. Refermez soigneusement les papillotes.
- 4.** Faites cuire les moules environ 15 minutes au four.



- 5.** Ouvrez les papillotes et terminez avec les jeunes oignons, la coriandre ou le persil et un filet de jus de citron vert.