

PÊCHES EN PAPILOTES

Une délicieuse recette cuite rapidement et sans odeur pour un dessert ou un goûter aux notes légèrement épicées.



Temps de préparation : 10 min - Temps de cuisson : 10 min - Temps de repos : 0 min

Ingrédients (4 personnes)

- 4 pêches (fruits frais)
- 2 oranges à jus
- 1 c. à s. de mélange 4 épices
- 2 sachets de sucre vanillé

Préparation

Préchauffer le four à 180°C.

Couper les oranges en deux et les presser.

Eplucher les pêches et les couper en deux pour enlever le centre, puis les couper en lamelles.

Les mettre dans un bol avec le sucre vanille, le mélange 4 épices et le jus d'oranges. Mélanger.

Préparer 4 carrés de papier d'aluminium et 4 de papier sulfurisé.

Sur chaque feuille d'aluminium mettre une feuille de papier sulfurisé. Répartir les morceaux pêches, relever les bords et verser le jus épice.

Fermer les papillotes (la feuille de papier sulfurisé puis le papier aluminium qui permet de bien former une papillote hermétique).

Passer les papillotes au four 10 minutes à 180°C.

Déguster tiède ou froid avec éventuellement un peu de fromage blanc.