

Saumon en papillote aux pommes



Lachs mit Apfel in der Folie

Pour 4 personnes

4 darnes de saumon à 200 g
10 échalotes
2 pommes
4 fines carottes
1 c. à s. de ciboulette hachée
4 c. à s. de calvados
4 c. à s. de vin blanc
4 c. à s. d'huile d'olive
sel et poivre du moulin

Für 4 Personen

4 Lachssteaks à 200 g
10 Schalotten
2 Äpfel
4 dünne Karotten
1 EL Schnittlauch geschnitten
4 EL Calvados
4 EL Weißwein
4 EL Olivenöl
Salz, Pfeffer aus der Mühle

Épluchez les échalotes et coupez-les en deux.
Grattez les carottes et émincez-les.
Faites revenir le tout dans une poêle avec 4 c. à s. d'huile d'olive pendant 5 min.
Pelez les pommes, coupez-les en 4 et retirez le trognon. Découpez en dés.
Préchauffez le four à 180°C.
Coupez une grande feuille d'aluminium, repliez les bords vers le haut de façon à pouvoir placer les 4 darnes. **Étalez** d'abord une couche de légumes, puis les cubes de pommes et enfin le poisson. Salez, poivrez et parsemez de ciboulette hachée.
Arrosez le tout de calvados et de vin blanc, puis refermez hermétiquement la feuille d'aluminium en **roulant un peu les bords**.
Mettez au four 15 min. Servez immédiatement.

Ziehen Sie die Schalotten ab und halbieren Sie sie.
Schaben Sie die Karotten und zerkleinern Sie sie. Schwitzen Sie das Ganze 5 Min. in einer Pfanne in dem Olivenöl an.
Schälen Sie die Äpfel, vierteln Sie sie und schneiden das Kerngehäuse aus. Schneiden Sie sie in Würfel.
Heizen Sie den Backofen auf 180°C vor.
Schneiden Sie eine große Alufolie ab und knicken Sie die Ränder so hoch, dass die 4 Lachssteaks darauf passen. **Breiten Sie** eine Schicht Gemüse darauf aus, dann die Apfelwürfel und schließlich den gesalzenen und gepfefferten, mit Schnittlauch bestreuten Fisch.
Benetzen Sie das Ganze mit Calvados und Weißwein, dann verschließen Sie die Alufolie hermetisch indem Sie **die Ränder etwas einrollen**.
Im Backofen 15 Minuten garen und sofort servieren.



Das Wörterbuch

Übersetzen Sie französische Rezepte mit Hilfe dieses Wörterbuches!

ISBN 978-3-8370-5285-5 18,00 €(D)

Das Kochbuch

Kochen Sie Ihr französisches Lieblingsgericht mit diesem Kochbuch!

ISBN 978-3-8391-8856-9 9,90 €(D)

