

J'ai voulu tester les papillotes au film cuisson carta chef

Ce film transparent thermorésistant jusqu'à 230 ° vous permet aussi bien de cuire sans graisses au four, **à la poêle**, plancha, four vapeur, micro-ondes ou en friteuse (sauf barbecue)

Le film cuisson papillote est certifié pour une utilisation alimentaire, car il maintient neutralité et une résistance à la chaleur jusqu'à 230 °.

J'essaye à la poêle et au bout de quelques secondes tout le fond a brûlé et a fondu, **donc à la poêle** c'est faux, ou alors j'ai zappé quelque chose



Dans la papillote mettre 50 g de couscous, des tomates, le citron, le poisson et au dessus des écailles de courgettes, salez et poivez et ajoutez des épices à votre goût, refermez la papillotes et par l'ouverture versez 4 cas de bouillon de volaille, cuire au four vapeur 10 mn



Imprimer la recette