

Papillote de poulet au Parmesan

- Une papillote de poulet et Parmesan à faire sur le BBQ (Très facile à faire!)



Ingrédients :

- 4 poitrines de poulet désossées, sans la peau
- 3 tasses (750 ml) de **sauce à pâtes**
- 2 zucchinis tranchés
- 1/2 tasse (125 ml) de fromage Parmesan râpée
- 1 tasse (250 ml) de mozzarella râpée
- 1 cuillère à thé de **poudre d'ail**
- 1 cuillère à thé d'**épices italiennes**
- Sel et poivre (au goût)
- 1/4 de tasse (65 ml) d'huile d'olive
- Persil frais

Préparation :

1. Préchauffer votre barbecue à feu moyen. Vaporiser quatre papillotes de papier d'aluminium.
2. Diviser les zucchinis dans les papillotes. Saupoudrer de sel, poivre, de poudre d'ail et épices italiennes. Mettre deux cuillères à soupe de Parmesan dans chacune.
3. Ajouter 1/3 de tasse de sauce à pâtes par-dessus les zucchinis.
4. Mettre la poitrine de poulet par-dessus la sauce.
5. Faites couler un filet d'huile d'olive sur chacune des poitrines de poulet et ajoutez du sel, du poivre et des épices italiennes.
6. Fermer chaque papillote.

7. Faire griller pendant environ 8 à 10 minutes de chaque côté.
8. Ouvrez les papillotes du côté du poulet saupoudrer environ 1/4 de tasse (65 ml) de fromage mozzarella sur chaque poitrine et faites fondre pendant quelques minutes.
9. Servir avec le restant de sauce! Garnir de Parmesan fraîchement râpé et de persil frais.

“ Vous cherchez une nouvelle recette facile pour vous faire du poulet sur le BBQ? La papillote de poulet au Parmesan est pour vous!

Merci d'imprimer ma recette! Passez le message que vous l'avez prise sur ChefCuisto.com :)

