

## Vis en papillote

Aantal personen: 2

Een gerecht bereid in papillot betekent dat het gerecht verpakt is in aluminiumfolie en klaargemaakt in een oven of op de barbecue. Op deze manier blijven alle sappen en smaken behouden. Dit kan overigens met alle combinaties van vis, groenten en smaakmakers. Deze methode is overigens ook erg gezond omdat er dus geen boter of olie wordt gebruikt tijdens het bereiden.

150 gram kastanjechampignons

1 sjalot of stukje ui

2 kleine forellen

Peper en zout

2 schijven citroen

Aluminiumfolie

Verwarm de oven voor op 175 °C. Maak de champignons schoon en snijd ze in plakjes.

Maak de sjalot schoon en snijd hem klein. Verdeel de snippers sjalot en de plakjes champignons over 2 stukken aluminiumfolie.

Bestrooi de forellen aan de binnen en de buitenkant met zout en peper en leg de vissen op de champignons. Halveer de schijven citroen en leg ze op de forel. Vouw het folie goed dicht en de pakketjes op de bakplaat van de oven. Laat de forel in 20 minuten gaar worden.

Lekker met een (pasta) salade.

### Andere varianties van vis en papillote

Pangasius filet met citroen, tijm en salie

Pangasius filet met majoraan en rozemarijn

Zalm met tomaatjes en basilicum

Zalm/Pangasius filet met citroen en dille

Volg bij al deze variaties de bereidingswijze beschreven zoals hierboven. Kinderen en mensen die niet gewend zijn aan het eten van vis zullen sneller Pangasius filets eten vanwege de milde smaak.

