

## ***Papillotes de Perche au Jus d'Orange et Gingembre***



### *Ingrédients pour 2 personnes :*

- . 2 filets de perche
- . 1 orange
- . du gingembre frais
- . 20g de beurre
- . noix de muscade rapé
- . quelques pointes d'asperges

Cuire les asperges dans de l'eau bouillante salée pendant 5 mn, puis égoutter.  
Prélever les zestes d'oranges.

Allumer le four à 180 °.

Presser l'orange et faire chauffer le jus dans une petite casserole. Faire réduire de moitié.  
Hors du feu, ajouter le beurre, le gingembre pelé et haché, la noix de muscade. Saler, poivrer.

Découper un morceau de papier cuisson (environ 40 cm) et plier de manière à confectionner une petite barquette. Lier les extrémités avec du raphia.

Déposer les filets de perches dans la barquette, répartir les asperges, puis arroser de sauce à l'orange.

Enfermer l'ensemble dans une grosse papillote de papier alu (ça évite au papier cuisson de brunir

et ça permet au poisson de cuire complètement emprisonné en papillote afin de préserver les saveurs)

Glisser au four et cuire une vingtaine de minutes.

Ouvrir les papillotes, parsemer de zestes d'oranges.