

## Papillote de légumes (*père de Nicolas*)

### ***Ingrédients***

10 haricots jaunes  
10 haricots verts ou pois mange-tout  
1 carotte coupée en julienne  
10 bâtonnets de rabiole  
1 grosse c. à soupe de pesto  
1 c. à soupe d'huile d'olive  
1 c. à soupe de vin blanc  
1 échalote française finement ciselée  
Sel et poivre au goût.

### ***Méthode***

Éplucher, laver et couper les haricots en longueur de plus ou moins 4 cm  
Éplucher et tailler en bâtonnets le rabiole  
Mélanger dans un bol, les légumes coupés avec les carottes, l'huile d'olive, le pesto, l'échalote et le vin blanc. Saler et poivrer et répartir le mélange sur 4 feuilles de papier d'aluminium.  
Fermer le plus hermétiquement possible. Les déposer sur une plaque de cuisson et les enfourner dans un four préchauffé à 400° F pour environ 8 à 10 minutes.

Servir la papillote en même temps que votre viande grillée

***Pesto.*** il suggère de mettre de l'huile d'olive pour couvrir le pesto afin de le conserver longtemps.

***Sel et poivre...*** Il prépare 10 quantités de sel pour 1 quantité de poivre et mélange le tout pour saupoudrer ses aliments. Il conserve le mélange de sel et poivre dans un contenant hermétique.