



## Papillote de poulet à la moutarde ancienne

27/12/2017 à 10h18

Par [Laurence Benedetti](#)

Temps de préparation : 5 min

Temps de cuisson : 20 min

Pour 4 personne(s)

### Ingrédients :

- 4 escalopes de poulet ou de dinde
- 1 pot de moutarde à l'ancienne
- 20 cl de crème de soja.

### Préparation :

- Badigeonnez vos escalopes de moutarde à l'ancienne;
- Préparez 4 feuilles de papier sulfurisé et placez les escalopes dans chacune des papillotes;
- Arrosez de crème de soja;
- Faites cuire 20 minutes à four chaud traditionnel, préchauffé (à 180°C thermostat 6).

### L'astuce du chef :

Vous pouvez remplacer les escalopes par des cuisses de poulet ou de lapin.