



Phase **Active**

Type : **Plat**

Recette : **Cuisses de lapin en papillote et crème citronnée aux herbes**

**Calorie**  
137 par personne

**Préparation**  
15 min

**Cuisson**  
20 min

## Ingrédients

Pour 2 personnes

4 cuisses de lapin  
200 mL de crème fraîche épaisse à 3% de MG  
4 pommes de terre moyennes à chair jaune  
1 estragon  
1 ciboulette  
1 cerfeuil  
1 le jus d'un citron  
1 sel, poivre

## Préparation

1. Préchauffez votre four à 200°C.
2. Blanchissez les pommes de terre quelques minutes à l'eau.
3. Épluchez-les et détaillez-les en fines rondelles.
4. Préparez la sauce :
5. Dans un bol, mélangez la crème, le citron et les herbes. Salez et poivrez.
6. Préparez 6 grands carrés de papier sulfurisé et placez-y les cuisses de lapin et les rondelles de pommes de terre.
7. Répartissez la sauce dans les papillotes. Fermez bien hermétiquement les papillotes.
8. Enfournez 20 minutes, puis ouvrez les papillotes et laissez-les dorer 5 minutes pour colorer la viande