

Torsades aux Haricots et Foies de Volaille

Nombre de personnes: 4

Temps de préparation: 1 heure

Ingrédients:

- Spirelli (Pâtes)	275g
- Foies de Volaille	400g
- Haricots Verts	300g
- Vinaigre Balsamique	2 c à soupe
- Sauce Soja Sucrée	2 c à soupe
- Crème Fraîche	200 ml
- Ciboulette	
- Amandes Effilées	
- Parmesan en Bloc	
- Sel	
- Poivre	

Recette:

- Équeutez et coupez les haricots verts en deux.
- Ciselez la ciboulette finement.
- Portez un grand volume d'eau à ébullition avec du sel et plongez-y les pâtes et les haricots. Laissez cuire le temps nécessaire (environ 10 minutes). Egouttez et réservez.
- Faites griller les amandes effilées dans une poêle chaude. Réservez.
- Dans un wok, versez 2 cuillères à soupe d'huile tournesol.
- Faites-y griller les foies de volaille préalablement nettoyés et coupés. Salez et poivrez.
- Déglacez-les avec le vinaigre balsamique puis la sauce soja sucrée. Laissez bien réduire.
- Arrosez alors avec la crème fraîche et laissez épaissir quelques instants avec d'intégrer les torsades et les haricots.
- Homogénéisez le tout et laissez se réchauffer doucement.
- Servez dans des assiettes creuses.
- Saupoudrez de ciboulette hachée avec quelques amandes effilées grillées.
- Accompagnez de parmesan fraîchement râpé.

