

Wraps aux Foies de Volaille et Moutarde à l'Ancienne

Nombre de personnes: 4

Temps de préparation: 45 minutes

Ingrédients:

- FOIE(S) DE VOLAILLE	400g
- ROQUETTE (SALADE)	2 poignées
- VINAIGRE DE VIN ROUGE	1 c à soupe
- HUILE D'OLIVE	2 c à soupe
- MOUTARDE	1 c à café (à l'ancienne)
- WRAPS (OU TORTILLAS)	4
- ECHALOTE(S)	1
- CRÈME BALSAMIQUE	un peu
- SEL	
- POIVRE	

Recette:

- Coupez les foies de volaille en tous petits morceaux.
- Mélangez l'huile avec le vinaigre et fouettez pour amalgamer les deux liquides.
- Emincez finement l'échalote.
- Faites revenir les foies dans du beurre chaud. Salez et poivrez. Déglacez avec le mélange huile-vinaigre puis intégrez la moutarde.
- Chauffez les wraps au micro-onde pendant 40 secondes.
- Garnissez-les de roquette, d'échalotes émincées puis de foies de volaille. Arrosez avec la vinaigrette et de la crème de vinaigre balsamique.
- Roulez les wraps bien serrés.
- Au moment de servir, passez-les 30 – 40 secondes au micro-onde pour les servir bien chauds.



Remarque:

Servez avec une salade verte bien garnie ...