

*Pâtes*

Farfalles grand bleu



12h30 10 min 20 min 12h 788

TEMPS TOTAL PRÉPARATION CUISSON REPOS CALORIES

Ingrédients
pour 4 personnes

**Ingrédients pour les
Farfalles grand bleu**

400 g **Pâtes Farfalle**
100 g **Noix de Saint-Jacques**
100 g **Moules**
100 g **Calamar(s)**
100 g **Crevettes roses**
1 **Colorant**
20 cl **Crème liquide (fleurette)**
1 litre(s) **Lait demi-écrémé**
100 g **Parmesan**
2 **Echalote(s)**
20 cl **Vin blanc**
1 c. à soupe **Huile d'olive**
1 c. à soupe **Sel**

Étape 1

Préparation des fruits de mer

- 1 Mettre les fruits de mer surgelés dans un saladier, les recouvrir de lait à hauteur et filmer. Réserver pendant une nuit au réfrigérateur.
- 2 Le lendemain, sortir les fruits de mer du réfrigérateur. Recouvrir le fond d'un saladier de papier absorbant, déposer les fruits de mer préalablement égouttés à l'aide d'une écumoire.
- 3 Éplucher puis ciseler l'échalote à l'aide d'un couteau d'office. Réserver dans un ramequin.

Étape 2

Cuisson des farfales et des fruits de mer

- 1 Faire bouillir de l'eau dans une casserole, ajouter les pâtes à ébullition. Saler, mélanger avec une spatule et laisser cuire le temps indiqué sur le paquet.
- 2 Faire chauffer une poêle avec de l'huile d'olive. Une fois l'huile chaude, faire revenir l'échalote en remuant avec une spatule.
- 3 Ajouter les fruits de mer, les faire revenir en mélangeant à la spatule.

Déguster au vin blanc et ajouter la crème liquide

- 4 Deglacer au vin blanc et ajouter la creme liquide.
Mélanger et ajouter le parmesan préalablement râpé.
Laisser la sauce sur feu doux.
- 5 A mi-cuisson, remuer les pâtes et ajouter le colorant alimentaire. Mélanger et laisser cuire.
- 6 Une minute avant la fin de cuisson, vérifier la coloration des pâtes et ajouter du colorant si nécessaire.
- 7 Égoutter les pâtes dans une passoire.

Étape 3

Dressage

- 1 Disposer les pâtes dans des assiettes creuses et verser la sauce aux fruits de mer au milieu. Décorer de quelques œufs de saumon et servir.