

FILET MIGNON DE PORC À LA CRÈME

Mai 2007 (Actualisé en janvier 2017)

Ingrédients (4 personnes) :

- ★ 2 filets mignons de porc (400 g pièce)
- ★ 2 oignons paille
- ★ 150 g de lardons nature
- ★ 1 échalote
- ★ 20 cl de crème liquide
- ★ 12,5 cl de vin blanc sec (Sauvignon)
- ★ 1 bouquet garni
- ★ 1 cuillère à soupe de moutarde à l'ancienne
- ★ 1 cuillère à café de fond de veau déshydraté
- ★ 60 g de beurre (ou margarine)
- ★ Sel fin, poivre du moulin

Ustensiles : Poêle, Casserole, Cocotte en fonte

Préparation : 10 mn

Cuisson : 40 mn

Difficulté : Facile

Coût (indicatif) : 13,00 € (soir 3,25 € par personne)



Recette :

Éplucher les oignons et les hacher grossièrement. Peler l'échalote et l'émincer finement. Couper les filets mignons en tranches épaisses perpendiculairement à la longueur. Dans une poêle faire suer les lardons à sec à feu moyen pendant 3 minutes en remuant; les égoutter sur du papier absorbant. Dans une petite casserole porter 12,5 cl d'eau à frémissements, couper le feu, ajouter le fond de veau et bien mélanger. Faire fondre le beurre (ou la margarine) dans une cocotte et faire blondir les oignons à feu moyen 5 minutes en tournant sans cesse; les retirer et les réserver. Mettre les tranches de viande à la place et les faire dorer sur les deux faces à feu mi vif. Ajouter les lardons, les oignons, l'échalote, le bouquet garni, la moutarde, saler, poivrer et mouiller avec le vin blanc. Couvrir et laisser mijoter à feu très doux 20 minutes. Retirer le bouquet garni, ajouter la crème, le fond de veau, bien mélanger, rectifier l'assaisonnement et cuire 5 minutes à frémissements à découvert.

Servir les tranches de filet mignon nappées de sauce et accompagner de tagliatelles fraîches, de purée maison ou de pommes sautées persillées.

Boisson :

Un Mâcon blanc servi à 10°C. (*)

(*) L'abus d'alcool est dangereux pour la santé, à consommer avec modération.