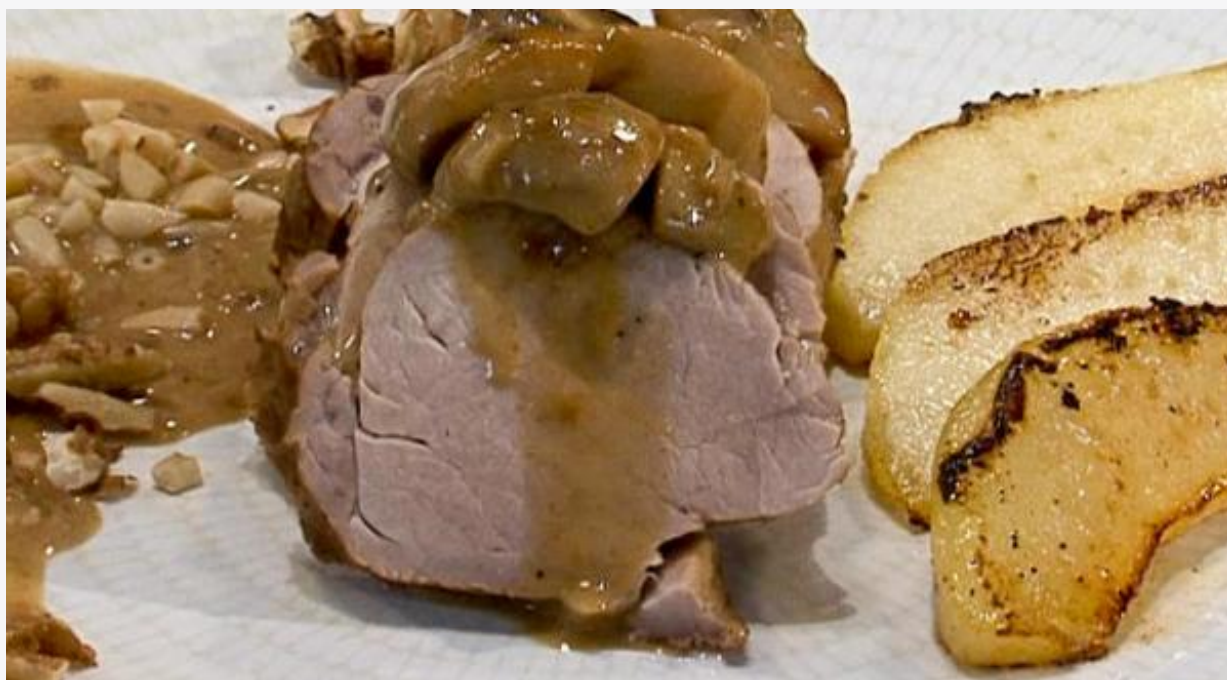


Porc

Filet mignon de porc grillé aux poires


1h15 35 min 40 min

TEMPS TOTAL

PRÉPARATION

CUISSON

0

REPOS

350

CALORIES

 Ingrédients
pour 6 personnes

Mignon de porc grillé aux poires

700 g **Filet(s) mignon de porc**
 3 **Poire**
 250 g **Champignon(s) de Paris**
 2 **Echalote(s)**
 20 cl **Fond brun de veau**
 2 c. à soupe **Vinaigre de Xérès**
 10 cl **Crème liquide (fleurette)**
 60 g **Beurre**
 1 **Ciboulette**
 1 **Citron(s)**

Dressage

10 g **Noix (cerneau)**
 10 g **Pignons de pin**

Étape 1

Préparation des ingrédients

- 1 Retirer la queue des champignons, les peler puis les couper en quatre.
- 2 Éplucher et ciseler les échalotes. Réserver dans un bol.
- 3 Peler la poire à l'aide d'un économe. La couper en quartiers, retirer le centre puis l'émincer pas trop finement.
- 4 Réserver la poire dans un bol, les citronner.
- 5 Saler et poivrer le filet mignon sur les deux faces.

Étape 2

Cuisson du filet mignon de porc

- 1 Faire chauffer du beurre dans une sauteuse et ajouter un peu d'huile d'olive pour éviter que le beurre ne brûle.
- 2 Déposer les échalotes et les champignons puis bien remuer.
- 3 Ajouter le filet mignon et le faire dorer quelques minutes sur chaque face.
- 4 Déglacer au vinaigre. Une fois le vinaigre évaporé ajouter le fond de veau et laisser cuire à couvert pendant une vingtaine de minutes sur feu moyen.

- 5 Afin de vérifier la cuisson, trancher la viande avec un couteau. Un filet mignon bien cuit doit être juste rosé à l'intérieur.

Étape 3

Cuisson des poires

- 1 Faire fondre du beurre dans une poêle puis verser les poires. Laisser dorer pendant 7 à 8 minutes sur les deux faces.
- 2 Baisser le feu et les laisser cuire quelques minutes afin qu'elles soient fondantes.

Étape 4

Finitions

- 1 Une fois cuite, déposer la viande sur une grille et la recouvrir de papier aluminium.
- 2 Augmenter la puissance du feu pour faire réduire la sauce. Ajouter ensuite la crème liquide et remuer. Rectifier l'assaisonnement en ajoutant sel et poivre.

Étape 5

Dressage

- 1 Sortir le filet mignon du papier aluminium puis le découper en tranches un peu épaisses.
- 2 Disposer quelques tranches au centre de l'assiette de service, déposer les poires autour de la viande et les champignons sur le filet.
- 3 Ajouter un trait de sauce et disposer quelques noix et des pignons de pin préalablement concassés à l'aide d'un pilon et d'un mortier. Servir aussitôt.