

Filet mignon de porc mariné à la bière et picholine



Coût :

€ € €

Ingrédients pour 1 couverts

Référence	Ingrédients	Quantité
15276	Filet mignon de porc VPF 350/600 g env.	150 Gramme
160253	Purée de patates douces 2,5 kg	120 Gramme
20087	Echalote coupée 500 g PassionFroid	10 Gramme
	Bière blonde	1 Litre
	Tapenade de picholine	50 Gramme
	Oignon rouge	10 Gramme
	Demi-tête d'ail rose	1 Pièce
	Demi-citron vert	1 Pièce
	Miel	20 Gramme
	Botte de coriandre	1 Pièce
	Graines de lin	3 Gramme
	Huile d'olive, huile de lin	PM
	Sel, poivre, gingembre en poudre	PM

Etapas de préparation

- 1 Colorer le filet mignon sur sa totalité et le réserver.
- 2 Faire réduire la bière avec le miel et les échalotes puis ajouter le gingembre en poudre.
- 3 Mettre dans un sac cuisson la réduction préparée ci-dessus puis ajouter le filet mignon, quelques gousses d'ail et la tapenade d'olives. Assaisonner (sel/poivre) et mettre sous vide.
- 4 Réaliser la cuisson en basse température à 80°C environ 1h30. La température à cœur devra être montée à 70°C.

Filet mignon de porc mariné à la bière et picholine

- 5 Mettre la purée de patate douce en température, puis ajouter le jus du citron vert et l'huile de lin. Assaisonner (sel/poivre) et réserver au chaud.
- 6 En finition, dressage comme sur la photo, puis ajouter de la pluche de coriandre , des graines de lin et des oignons rouges finement émincés.

Ajouter du miel dans la réduction de bière va permettre de casser l'amertume et de renforcer la saveur du houblon.

Jean-Marc Cluzeau, conseiller culinaire PassionFroid