

Tradition
Sartheoise

35 Place de l'Eglise, 72 560 Changé
mickael.doire@traditionsartheoise.fr



Facile



4 personnes



10 min de préparation



20 min de cuisson

Filet de porc



Suggestions:

Rosé de la Vallée du
Rhône

Bergerac

Ingrédients

2 filets de porc
2 cuillères à soupe
d'huile
250ml de jus de pomme
Un soupçon de veloutine,
fécule de maïs ou tout
autre épaississant
85ml de sirop d'érable
4 pommes acides à cuire
3 cuillère à soupe de
beurre

Préparation

- 1 Dans une poêle, saisissez les filets dans l'huile chaude 1 minute de chaque côté. Enfournez dans un four préchauffé à 200°C pendant 14-18 minutes, le centre doit être légèrement rosé.
- 2 Pendant ce temps, faites fondre le beurre dans une poêle, dès qu'il blondit, déposez les pommes et laissez dorer 5 minutes de chaque côté, retirez et laissez en attente.
- 3 Déglacez le fond de la poêle avec le jus de pomme et le sirop d'érable, laissez réduire, ajoutez au besoin un soupçon d'épaississant mais la sauce doit être liquide.
- 4 Découpez le filet de porc en médaillon.
- 5 Pour le dressage: versez un peu de sauce dans le fond de l'assiette. Alternez les tranches de pommes et les médaillons placés en couronne, servez.



Astuce de votre artisan boucher-charcutier-traiteur



Vous pouvez accompagner ce plat avec une galette de pomme de terre qui composera le centre de l'assiette.

Retrouvez toutes nos recettes sur notre site internet : www.traditionsartheoise.fr

Donnez votre avis sur  Tradition Sartheoise