

Filet mignon de porc aux fruits secs

FILET MIGNON DE PORC FARÇI AUX FRUITS SECS

Pour 8 personnes

Ingrédients :

- Filet mignon de porc 1,2 kg (150g/pers)
- Pruneaux 150 g
- Raisins secs 150 g
- Figs 150 g
- Pain de mie 5 tranches
- Lait 30 cl
- Sel 1 grosse pincée
- Poivre 1 petite pincée

Sauce :

- Oignons 100 gr
- Beurre 20 gr
- Fond brun 1 cuillère à soupe bombée
- Eau 50 cl
- Roux 1 cuillère à soupe de farine + 15 cl d'huile
- Cognac 25 cl
- Crème liquide 20 cl

Farce aux fruits secs :

. Hachez un mélange de pruneaux, raisins secs et figes ; y rajouter de la mie de pain que l'on aura fait ramollir dans du lait. Salez et poivrez.

Ouvrez le filet mignon pour l'étaler au maximum et le farcir avec la préparation.

Enroulez le filet mignon dans du papier film et le cuire une première fois à la vapeur 20 minutes. Finissez la cuisson (en ayant enlevé le papier film) au four à 110° pendant 30 minutes pour le colorer.

La sauce :

. Faites une base d'oignons revenus au beurre.

- . Rajoutez du fond brun et de l'eau (1/2 litre).
- . Assaisonnez (sel/poivre) et faire réduire.
- . Epaissez au roux (huile+farine).
- . Parfumez au cognac et crèmez légèrement.