

# FILET MIGNON DE PORC AUX PRUNEAUX

Mai 2008 (Actualisé en janvier 2018)

## Ingrédients (4 personnes) :

- ★ 2 filets mignons de porc de 400 g pièce
- ★ 250 g de pruneaux d'Agen dénoyautés
- ★ 20 cl de crème fleurette
- ★ 2 échalotes
- ★ 1 pincée de thym de Provence
- ★ 2 cuillères à soupe de cognac
- ★ 1 cuillère à soupe de thé (2 sachets)
- ★ 1 cuillère à café de fond de veau déshydraté
- ★ 1 cuillère à soupe d'huile d'arachide
- ★ 50 g de beurre
- ★ Sel fin, poivre blanc moulu

Ustensiles : 2 casseroles, Boule à thé, Cocotte en fonte

Préparation : 10 mn

Macération : 35 mn

Cuisson : 40 mn

Difficulté : Facile

Coût (indicatif) : 11,50 € (soir 2,88 € par personne)



## Recette :

Mettre le thé dans une boule à thé en inox. Faire bouillir 20 cl d'eau dans une casserole, déposer la boule à thé, couvrir et laisser infuser 5 minutes hors du feu. Retirer la boule à thé, ajouter les pruneaux et laisser macérer à couvert 30 minutes. Peler les échalotes et les émincer finement. Dans une petite casserole, porter à frémissement 10 cl d'eau, couper le feu, ajouter le fond de veau, bien mélanger et réserver.

Dans une cocotte, faire fondre le beurre avec l'huile à feu mi-vif, ajouter les filets mignons et les faire colorer sur toutes les faces. Baisser le feu, saler, poivrer, ajouter le hachis d'échalotes, le thym, le cognac, les pruneaux égouttés et poursuivre la cuisson à feu doux et à couvert 25 minutes en arrosant la viande de temps en temps. Incorporer la crème, le fond de veau, bien mélanger et laisser épaissir à découvert environ 10 minutes. Rectifier éventuellement l'assaisonnement. Présenter les filets sur un plat, coupés en tranches de 1 cm d'épaisseur, entourés des pruneaux et nappés de sauce à la crème.

Accompagner de pâtes fraîches, de purée maison ou de riz blanc.

## Boisson :

Un Saint-Emilion servi à 18°C. (\*)

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