

Menus - Propos

Menus Et Notes Utiles Simples Pour Recettes Odorantes Piquantes Olfactives Succulentes

FILET MIGNON DE PORC FARCI POIRE/FOURME D'AMBERT/ROMARIN

Pour 4 personnes :

1 filet mignon de 600-700g - 80g fourme d'Ambert - 1 poire - 2 échalotes - 70g beurre - 3 brins de romarin 2 càs d'huile d'olive - sel - poivre -

Peler les échalotes et les émincer. Peler la poire et la couper en dés. Dans une poêle, chauffer 20g de beurre. Ajouter les échalotes et les faire fondre 2 min. Ajouter la poire et cuire 10 à 12 min à feu doux en remuant de temps en temps. Saler et poivrer. Réserver dans une jatte. Fendre le filet mignon en 2 dans la longueur.

Émietter la fourme dans le mélange poire/échalotes. Ajouter 1 brin de romarin haché finement. Garnir le filet du mélange. Ficeler pour former un rôti (en essayant de serrer la viande, pas facile).

Préchauffer le four à 180° (th.6).

Chauffer l'huile d'olive dans une sauteuse. Ajouter le filet mignon et le reste de beurre. Faire dorer en arrosant avec une cuillère à soupe et en tenant la sauteuse penchée de chaque côté (en effet pas facile de dorer le dessus sans laisser échapper la farce, c'est la seule façon que j'ai trouvée).

Transférer le rôti et le jus dans un plat à gratin, ajouter les 2 brins de romarin restants. Enfourner et cuire 30 minutes.

Menus Propos © 2007

<http://menuspropos.canalblog.com/>

e-mail : les3aetles2m@wanadoo.fr