



Les plats principaux

Filet pur de porc farci accompagné de mousseline de panais

Pour 4 personnes.

Ingrédients

800 grammes filets pur de porc
1 cuillère à soupe de moutarde
huile d'olive
beurre
poivre
sel

Pour la garniture de gremolata

1 rondelle de citron (râpé)
1 bouquet de persil (finement haché)
1 gousse d'ail (pressée)
1 cuillère à café de moutarde
2 cuillères à soupe de chapelure
2 cuillères à soupe d'huile d'olive
poivre
sel

Pour la mousseline de panais

600 grammes de panais (épluchés et coupés en morceaux)
2 pommes de terre (moyennes, farineuses, épluchées et coupées)
200 millilitres de lait
50 millilitres de crème
30 grammes de beurre
1 pincer de noix de muscade
poivre
sel

Méthode de préparation

Préchauffez le four à 180 °C.

Faites cuire les pommes de terre et les panais à l'eau salée.

Mélangez tous les ingrédients de la gremolata pour obtenir une pâte d'herbes épaisse. Salez et poivrez.

Incisez délicatement le filet pur de porc dans la longueur sans le couper entièrement. Badigeonnez l'intérieur de moutarde, garnissez de gremolata et refermez le filet. Serrez le filet avec de la ficelle de cuisine et assaisonnez l'extérieur de sel et de poivre. Faites chauffer l'huile d'olive et le beurre dans une poêle pour y dorer le filet de chaque côté. Placez-le dans un plat de cuisson et poursuivez la cuisson 15 minutes au four.

Filtrez le jus de cuisson, laissez réduire légèrement et incorporez un morceau de beurre froid pour obtenir une sauce luisante.

Égouttez les pommes de terre et les panais et laissez l'humidité s'évaporer. Mixez avec le lait, la crème et le beurre et assaisonnez de sel, de poivre et de noix de muscade. Réservez la mousseline au chaud.

Sortez la viande du four, couvrez-la de papier aluminium et laissez reposer 5 minutes.

Coupez le filet mignon en tranches et accompagnez-les de mousseline de panais, de sauce et éventuellement d'un brin de persil.

Ustensiles de cuisine

Oven

