

Filet pur de porc et tourelles de potiron

Les arômes parfumés des tourelles de potiron apportent un air de fête à cette recette.



INGRÉDIENTS

(3 à 4 personnes)

- 1 filet pur de porc
- 300 g de chair de potiron en cubes (frais ou surgelés Ringis)
- 3 poires
- 3 oranges non traitées
- le jus d'1/2 citron
- 2 échalotes
- 2 dl de porto rouge
- 4 c. à soupe d'ailles cuisinées (bocal)
- 3 c. à soupe d'huile d'olive
- 2 c. à soupe de miel liquide
- 2 branches de persil
- 1 c. à café de thym (Topaz)
- 1 pincée de cannelle (Topaz)
- sel et poivre
- liant instantané pour sauces (facultatif)

PRÉPARATION (peut se faire quelques heures à l'avance)

- Faites chauffer 1 c. à soupe d'huile d'olive dans une poêle et faites-y dorer le filet pur de porc de tous les côtés. Déposez la viande dans un plat à four et arrosez de porto rouge. Parsemez de thym, couvrez d'une feuille d'aluminium et réservez au frais.
- Pelez les poires et coupez-les en dés. Aspergez-les du jus de citron.
- Emincez les échalotes et le persil.
- Râpez le zeste d'1/2 orange et pressez le jus des oranges.
- Si vous utilisez du potiron frais: épluchez-le et coupez-le en petits cubes pour en obtenir ± 300 g.

CUISSON (10 min. + 25 min. au four)

- 1** Glissez le plat de viande au four préchauffé à 200 °C pendant 20 à 25 min.
- 2** Entre-temps, faites cuire les cubes de potiron (surgelés) dans 1 c. à soupe d'huile d'olive pendant 3 à 4 min. Ajoutez le miel et mélangez bien. Ajoutez les dés de poires, faites cuire pendant 2 min. et intégrez-y les ailles. Epicez d'une pincée de cannelle.
- 3** Eteignez le four lorsque la viande est cuite et laissez-la reposer dans le four éteint. Faites chauffer 1 c. à soupe d'huile d'olive dans une poêle large et faites-y revenir les échalotes pendant 1 min. Remuez bien. Ajoutez-y le jus de cuisson de la viande et laissez réduire jusqu'à ce qu'il ne reste qu'un peu de liquide dans le fond. Ajoutez le jus d'orange et le zeste râpé et laissez mijoter pendant

VINS CONSEILLÉS

Museum Real Reserva
D.O. Cigales - Espagne
Vin fin de grande classe, qui a vieilli en fûts de chêne. Bouquet boisé subtil, fruité et tout en finesse.



Roodeberg Western Cape
Afrique du Sud
Magnifique vin rouge, aux superbes arômes de fruits rouges et d'épices, délicatement boisé (le vin est élevé en fûts de chêne).

5 min., à feu doux. Liez éventuellement avec du liant instantané et mélangez. Versez la sauce à travers un tamis dans un poêlon, salez et poivrez.

PRÉSENTATION

Sur chaque assiette, réalisez une belle tourelle de mélange au potiron. Parsemez-la de persil. Coupez la viande en tranches. Servez avec la sauce et quelques rôtis bien croustillants.

✳ POUR LA VIANDE SURGELÉE

Faites décongeler le filet pur de porc superficiellement. Si vous préparez votre plat quelques heures à l'avance, le temps de cuisson sera le même qu'au point 1. Si vous préparez tout en même temps, comptez ± 30 min. de cuisson.