



Temps de préparation : 30 mn.
Temps de cuisson : viande : 10 mn.
Légumes : 20 mn.



Coincidence de filet mignon de porc au xerès et miel et fondue de poireaux

Une recette de Martial RIVENEAU
Restaurant Universitaire des Beaux-Arts - Angers

- 1.2 kg de poireaux • 800 g de filet mignon de porc • 200 g d'oignons rouges • 100 g de betterave crue • 80 g de miel • 8 cl de vinaigre balsamique • 4 cl d'huile d'olive • 50 g de sucre semoule • 240 g de roquette • sel et poivre

- 1 Tailler les légumes épluchés. Filmer et réserver au frais.
- 2 Confectionner la vinaigrette : mélanger la moitié du miel, du vinaigre balsamique et huile d'olive. Assaisonner.
- 3 Couper les betteraves en chips et les cuire.
- 4 Cuire l'émincé de poireaux et d'oignons.

Préparer la viande

- 1 Couper le filet mignon de porc en fines lamelles et faire revenir à l'huile d'olive.
- 2 Faire le caramel avec le reste du miel et du vinaigre balsamique et passer le filet mignon dedans. Laisser refroidir.

Dresser l'assiette

- 1 Monter la coincidence : (une couche de filet mignon et une couche de poireaux puis recommencer l'opération).
- 2 Ajouter sur l'assiette la roquette, les chips de betterave et la vinaigrette.