Filet mignon de porc à la chair à saucisse à l'estragon en croûte

Viande Suisse
Mon choix.

Durée totale: 1 h 5 min
Temps actif: 30 min
Moyenne



Ingrédients

Pour 4 personnes

600 g	filet mignon de porc suisse
200 g	chair à saucisse de veau suisse
2 cs	huile de tournesol HO ou huile de colza HOLL
200 g	échalotes
2 branches	thym
2 dl	vin rouge
2 dl	bouillon de légumes
	sel
	poivre du moulin
1 bouquet	estragon
1	pâte feuilletée abaissée rectangulaire
1	jaune d'œuf
30 g	beurre

Valeurs nutritives

1 portion (sans betteraves) contient env.:

770	kcal
46 g	de protéines
37 g	de glucides
47 g	de lipides

Contient du gluten
Contient du lactose

Conseil

Ton boucher te fournira volontiers de la chair à saucisse. Nous te conseillons de la commander à l'avance.

Préparation

1. Saisir le filet mignon de porc dans l'huile bien chaude pendant 2 à 3 minutes de tous côtés puis sortir la viande de la poêle. Peler les échalotes, les couper en rondelles et les faire blondir dans la graisse de cuisson. Ajouter le thym, déglacer avec le vin rouge et le bouillon et laisser mijoter lentement à feu moyen.

2. Pendant ce temps, saler et poivrer le filet mignon de porc. Effeuiller l'estragon, le hacher grossièrement, l'ajouter à la chair à saucisse et mélanger.

3 Étaler la pâte feuilletée puis la chair à saucisse par-dessus. Laisser une bordure de 1 cm de libre sur tous les côtés. Déposer le filet mignon de porc au centre. Badigeonner les bords de la pâte de jaune d'œuf, replier la pâte sur le filet et badigeonner du restant de jaune d'œuf. Décorer à son goût avec les restes de pâte.

4 Faire dorer au four préchauffé à 180° C pendant 30 à 35 minutes. Laisser reposer 10 minutes. Ajouter le beurre froid en petits morceaux dans la sauce aux échalotes qui ne doit plus bouillir, mélanger et servir avec le filet mignon de porc coupé en morceaux.

Accompagner de betteraves revenues dans du beurre.