

POLENTE AUX CÈPES PERSILLÉS, *filet mignon en habit de lard fumé*

	Plat	Polente		Nb. portions		Préparation		Cuisson
			4		10-15MIN		10-12MIN	



INGRÉDIENTS

- 8 galets de polente nature
- 1 filet mignon de porc (d'environ 600g) de manière à détailler 8 médaillons
- 8 tranches fines de poitrine fumée (si elles sont courtes en prendre 16)
- 2 cuillères à soupe de moutarde
- 1 cuillère à café de thym
- Une noix de beurre

RECETTE

Préparation

- Couper le filet mignon en 8 médaillons.
- Préparer une pâte avec la moutarde et le thym.
- Poser à plat les fines tranches de lard et les badigeonner avec cette pâte. Enrouler chaque médaillon avec une tranche de lard. Pour vous aider à faire tenir le lard, vous pouvez le piquer avec une brochette ou un pic.
- Dans une poêle, saisir à feu vif les médaillons lardés et les galets de polente, avec un peu de beurre, 1 minute de chaque côté. Dès qu'ils ont une belle couleur dorée, continuer la cuisson des médaillons et des galets à feu doux 4-5 minutes de chaque côté. Ne pas surcuire pour garder l'intérieur des médaillons légèrement rosé.
- Déposer la polente dans une assiette et le médaillon sur le dessus (retirer le pic si vous en avez mis). Servir avec des légumes de saison légèrement revenus au beurre (carottes nouvelles, radis, artichaut poivrade, petits navets).
- En complément, si vous souhaitez une sauce : dans la poêle qui a servi à cuire les médaillons, dans un peu de beurre, faire revenir 1 grosse échalote ciselée, faire fondre, déglacer avec un peu d'eau ou de vin blanc, saupoudrer de thym, faire réduire quelques minutes et napper les médaillons de cette sauce.