



Filet de porc à la bière brune

Rendement : pour 4 personnes

INGRÉDIENTS :

- 1 filet de porc (15 g par personne)
- 1 dl de fond brun (ou de bouillon concentré et lié)
- 1 oignon émincé
- 1 bouteille (341 ml) de bière brune (ou noire avec du malt)
- Q.S. sel et poivre
- 1 pincée de farine pour saupoudrer

MÉTHODE :

Tronçonner le filet pour en faire des médaillons. Dresser-les à la verticale et faire une légère pression dessus pour les aplatir (un peu). Assaisonner et saupoudrer de farine.

Dans une poêle à frire, saisir les médaillons à feu vif avec un filet d'huile. Quand ils sont bien colorés, les retourner. Retirer du feu et réserver.

La sauce :

Dans la poêle chaude, saisir l'oignon émincé pour le faire suer. Lorsqu'il est blond, ajouter la bière et réduire. Ajouter le fond brun et faire mijoter pour obtenir une sauce mi-épaisse.

Dresser et napper vos médaillons

N.B. Pour ceux qui aiment l'ail, il est aussi possible d'en ajouter, avec un zeste de citron.

Gérard Herrmann

Chef propriétaire
Restaurant L'Héritage
Morin-Heights. Téléphone: (450) 226-2218