



La recette de Olivier Polizzi
chef du « 1881 »

Tournedos de filet de porc, salpicon* de fruits au poivre



Pour 4 personnes

800 g de filet de porc,

1/2 ananas,

1 pomme,

1 poire,

100 g de fruits rouges,

2 cuillères à soupe de miel,

1 cuillère à soupe d'huile,

1 cuillère à soupe de beurre,

du sel, du poivre.

Tronçonnez les filets en médaillons d'environ 100 g chacun.

Coupez en julienne* l'ananas, la pomme et la poire. Pour la sauce, chauffez le miel dans une casserole jusqu'à légère coloration, versez les fruits rouges ainsi que le poivre concassé.

Cuisez ce mélange environ 5 minutes puis réservez sur le côté.

Dans une poêle, chauffez un peu d'huile et de beurre. Quand le beurre commence à colorer, ajoutez les médaillons de filet de porc.

Colorez-les bien puis baissez le feu et terminez doucement la cuisson au torchon*, afin qu'ils ne sèchent pas trop.

Servez les médaillons de filet de porc accompagnés de la sauce et de la julienne de fruits.



* voir glossaire