



LA BELLE VIE

Tous les ingrédients pour passer derrière les fourneaux

Filet mignon en croûte

Pour 6 personnes | Très facile

80 min | **3.44€** La portion (prix indicatif)



La croûte de pâte feuilletée permet une incroyable tendreté du filet mignon. Un grand classique de la cuisine traditionnelle.

Facultatif : 1 gousse d'ail, 6 pruneaux

Les ingrédients

- **400 g** de Filet mignon de porc
- **1 pièce** de Pâte feuilletée spécial kit
- **1 pièce** de Oignon jaune
- **60 ml** de Vin blanc sec (pour cuisiner)
- **0.5 c à c** de Fond de veau
- **100 g** de Poitrine de porc fumée (tranche fine)
- **60 g** de Comté rapé
- **1 pièce** de Oeuf

Étapes de préparation



Préparation : 30 min



Cuisson : 50 min



Attente : 0 min

La pâte (facultatif)

- 1 Si vous avez choisi un pâton de pâte feuilletée :
Farinez légèrement le plan de travail. Farinez également le morceau de pâte. Placez-le sur la surface farinée et étalez peu à peu en un rectangle de 25 cm de large et 30 cm de long. Retournez fréquemment la pâte (recto-verso) et tournez-la aussi de temps en temps. Cela permet d'obtenir une épaisseur homogène et la forme plus facilement.
Rajoutez de temps en temps de la farine sur le plan de travail et sur la pâte si elle commence à coller. Faites reposer la pâte au frais 30 minutes.

La viande

- 2 Environ 15 minutes après avoir mis la pâte au frais, ou si vous utilisez un pâte prête à l'emploi, préparez la viande. Si besoin, dégraissez un filet mignon de 400 g. Emincez finement un oignon de 100 g en lamelles.
- 3 Préchauffez le four à 200°C en chaleur traditionnelle.
- 4 Faites chauffer à feu moyen une grosse noix de beurre avec 1 càs d'huile neutre dans une casserole ou poêle à bord haut, à fond épais de préférence. Facultatif : ajoutez 1 gousse d'ail coupée en 2 non épluchée. Quand le beurre commence à mousser, faites suer l'oignon quelques minutes sans le faire colorer.
- 5 Poussez les oignons sur le côté de la casserole. Ajoutez le filet mignon et poivrez généreusement. Faites-le colorer de chaque côté pour obtenir une couleur ambrée. Déposez simplement la viande dans la casserole, ne la touchez pas ou ne la bougez pas. Elle se décollera sans problème quand la surface est cuite. Si vous essayez de la retourner et qu'elle accroche, c'est que le côté n'est pas cuit. Si les oignons commencent à dorer, enlevez-les et continuez à colorer la viande.
- 6 Déglacez avec 60 ml de vin blanc et faites réduire à sec.
- 7 Ajoutez 200 ml d'eau bouillante, ½ càc de fond de veau (ou à doser selon les instructions du paquet) et les oignons. Mélangez. Couvrez et faites cuire environ 5 minutes jusqu'à complète évaporation du liquide.

Le montage

- 8 Au centre de la pâte feuilletée, déposez 100 g de poitrine fumée (≈7 tranches) en une épaisseur, de façon à pouvoir enrouler le filet avec par la suite. Ajoutez dessus les oignons, la viande puis 60 g de comté râpé. Facultatif : si vous aimez le sucré-salé, ajoutez sur le fromage 6 gros pruneaux coupé en 2. Enroulez les tranches de poitrine dessus pour envelopper l'ensemble.
- 9 Battez 1 jaune d'œuf avec 1 càc d'eau. Rabattez un côté de la pâte en serrant. Badigeonnez de dorure l'autre partie de la pâte sur 2 cm pour bien souder la pâte, et repliez-la en appuyant.
- 10 Dorez la pâte avec l'œuf. Percez 2 trous dans la pâte pour que l'humidité s'évapore pendant la cuisson. Facultatif : avec un couteau pointu, décorez le dessus de la pâte.
- 11 Enfournez plus ou moins 30 minutes, jusqu'à ce que la pâte soit bien dorée et selon vos préférences de cuisson de la pâte. On vous préconise ce temps pour une cuisson légèrement rosée au centre. Si vous aimez la viande plus cuite, mettez une feuille d'aluminium sur le filet mignon en croûte pour éviter que la pâte colore trop et continuez à cuire 10 minutes pour une viande bien cuite.
- 12 Faites refroidir sur une grille 5 minutes et dégustez avec une salade verte.

- 13 Si vous souhaitez préparer en avance le filet mignon, procédez jusqu'au montage puis monter sur le moment. Pour une cuisson dans l'heure qui suit, gardez à température ambiante. Sinon conservez au réfrigérateur et sortez-le au minimum 45 minutes à 1 h avant de cuire : cela permettra que la viande reprenne température et qu'elle cuise uniformément en même temps que la pâte feuilletée.

Vous pouvez également cuire en avance le feuilleté puis faire réchauffer à 180°C.