

Filet pur de porc

Basse température

Ingrédients

1 beau filet pur de porc
Marinade : Thym - Coriandre - Epices - Huile
Beurre - Poires - Asperges vertes - Salade
Clémentines - Oranges



Faites mariner un beau filet pur de porc avec quelques herbes (thym, coriandre) et épices (selon vos goûts), avec un peu de matière grasse.

Massez bien la pièce de viande avec la marinade.
Mettez sous-vide, soit quelques heures avant cuisson, ou activez la touche marinade de votre sous-videuse (1/4 d'heure).

Cuisez au bain-marie à 65° pendant 1h30, puis chauffez un peu de beurre dans une poêle.
Dorez le filet de porc très rapidement (vous ne devez que le colorer).

Accompagnez de poires émincées et de quelques asperges vertes.

Personnellement, j'adore l'apport de l'acidité. J'opte donc pour des quartiers de clémentines ou d'oranges, selon la saison.

Quelques feuilles de salade apporteront de la couleur et du croquant.



Joseph
design.be

L'ustensile de
la semaine !

Sous-videuse
SOLIS Prestige

199⁹⁰€

179€



chée de Charleroi 1 à Thorembais-les-Béguines
info@josephdesign.be - Téléphone : 010 247 287
Du mercredi au samedi de 10h à 18h

