



FILET MIGNON, MIEL DE PRINTEMPS, POMMES ET CHÈVRE CHAUD

PAR L'OFFICE DE TOURISME DU VAL DE SULLY

Ingrédients pour 4 personnes

- 600g de filet mignon de porc
- 2 crottins de Chavignol
- 4 pommes
- 4 tranches de baguette de tradition
- 5 à 6 cuillères à soupe de miel de printemps de chez Didier Alessandroni (apiculteur à Saint Florent le Jeune)
- Garniture à votre libre choix si besoin

Préparation des pommes et du chèvre

- Lavez les pommes et évidez-les à l'aide d'un vide-pomme,
- Coupez les crottins en deux et posez chaque ½ crottin sur une tranche de baguette,

Recette

Cuisson du filet mignon :

- Préchauffez votre four à 200°C,
- Dans une poêle, mettez une noisette de beurre et un filet d'huile d'olive. Salez les filets mignons et poivrez légèrement. Une fois la poêle chaude, faites dorer chaque face du filet mignon.
- Réservez dans un plat à gratin,
- Dans une casserole, faites chauffer le miel à feu doux,
- Autour des filets mignons, installez les pommes et arrosez le tout avec le miel chaud,
- Enfournerez le tout et laissez cuire 20 minutes à 200°C,
- 5 minutes avant la fin de la cuisson, mettez les ½ crottins sur toast au four,
- A la sortie du four, coupez les filets mignons en médaillons,
- Récupérez le miel de cuisson dans une casserole, complétez avec du miel de printemps et faites chauffer.

Dressage :

- Sur des assiettes chaudes, dressez les médaillons de filet mignon au bas de l'assiette, puis la pomme au four et le ½ crottin de chèvre chaud. Versez le miel chaud sur le tout et servir aussitôt.

*Retrouvez tous les ingrédients de cette recette
chez nos commerçants locaux et dans les fermes du Val de Sully !*