



# Filet mignon aux poires caramélisées, miel de Haute Provence, épices et noisettes



4 personnes

🕒 35 minutes

## INGREDIENTS

- 1 kg de filet mignon de porc
- 4 poires
- 3 poires Sartau
- 1 citron
- 2 échalottes
- 4 cuillères à soupe de miel
- 4 cuillères à café de quatre-épices
- 60 g de noisettes concassées
- 140 g de beurre demi-sel
- 1 cuillère à soupe d'huile de noisette
- 20 cl de fond de veau
- sel et poivre

## RECETTE

1. Préchauffez le four à 100°. Préparez la farce : pelez et coupez les 2 poires en brunoise. Zestez et pressez le citron. Pelez et ciselez finement les échalotes.
2. Dans un saladier, mélangez la brunoise, les échalotes, 2 c. à soupe de miel, la moitié des zestes et du jus de citron ainsi que la moitié des épices et les cranberries.
3. Salez et poivrez la viande. Dans une poêle, faites chauffer 15 g de beurre et l'huile de noix, puis faites revenir le filet 4-5 mn sur toutes ses faces.
4. Ouvrez le filet en portefeuille, garnissez-le de farce et refermez-le
5. soigneusement avec de la ficelle de cuisine. Placez-le dans un plat à four.
6. Lavez et ôtez le cœur des poires Sartau, tranchez-les dans la hauteur, disposez les dans le plat, ajoutez le fond de veau et enfournez pendant 2 h.
7. Sortez la viande, coupez-la en tranches. Dans chaque assiette, disposez des lamelles de poire caramélisées, 1 tranche de viande, arrosez de sauce et parsemez de cranberries.

Bonne réalisation !

