

Filets mignons aux baies de genièvre et fenouil grillé

Cette recette est tirée du livre

Barbecue de Steven Raichlen

[Voir les autres recettes de ce livre](#)

[Acheter le livre et détails](#)

Métrique ▼

Pour 4 ▼ personnes

INGRÉDIENTS

4 filets mignons (tournedos) de 180 g (6 oz) chacun
4 tranches de bacon ou de pancetta
40 ml d'huile d'olive vierge extra
8 ml de baies de genièvre ou
10 ml de gin
Gros sel et poivre noir fraîchement moulu
20 ml de beurre

Pour la marinade des filets

325 ml de vin rouge sec
1 ½ échalote coupée en fines tranches
1 branche de céleri finement hachée
1 carotte finement hachée
1 gousse d'ail écrasée
1 feuille de laurier
1 brin de thym frais ou
8 ml de thym séché

Pour le fenouil grillé

1 brin de thym frais ou
4 ml de thym séché
2 ½ petit bulbe de fenouil

Pour la marinade du fenouil

80 ml d'huile d'olive
50 ml de vinaigre balsamique
20 ml de miel
1 gousse d'ail hachée
1 petite échalote hachée
20 ml d'estragon ou basilic frais hachés
Sel et poivre noir fraîchement moulu, au goût

INSTRUCTIONS

Envelopper chaque filet mignon avec une tranche de bacon retenue par un morceau de ficelle. Huiler généreusement les filets de chaque côté et les mettre dans un plat de cuisson.

Recettes de chefs

Cette recette est tirée du livre

Barbecue de Steven Raichlen

(1 vote)

Évaluer

Préparation : 25 min

Macération : 2 h

Cuisson : 20 min

Préparation de la marinade pour les filets

Mélanger le vin avec les échalotes, le céleri, les carottes, l'ail, les feuilles de laurier et le thym. Verser sur la viande et ajouter les baies de genièvre. Verser l'huile restante, s'il y a lieu, couvrir et laisser mariner de 2 à 4 h dans le réfrigérateur. Retourner les filets 2 ou 3 fois pendant cette période.

Préparation de la marinade pour le fenouil grillé

Mélanger l'huile, le vinaigre balsamique, le miel, l'ail et l'estragon et fouetter pour bien mélanger. Ajouter les morceaux de fenouil et bien les enduire de la marinade. Couvrir et laisser mariner pendant 2 h.

Préparer le gril pour une cuisson à chaleur directe et préchauffer à température élevée. Quand le gril est prêt, brosser et huiler la grille.

Retirer les morceaux de fenouil de la marinade et les placer sur la grille chaude. Laisser griller jusqu'à ce qu'ils soient tendres (8 à 16 min) en les retournant à l'aide de pinces et en les assaisonnant de sel et de poivre.

Retirer les filets de la marinade et bien égoutter. Saler et poivrer chaque côté et déposer sur la grille chaude. Griller de 4 à 6 min de chaque côté pour une cuisson saignante (63 °C au thermomètre à viande). Griller les côtés des filets de 2 à 3 min pour que le bacon soit croustillant.

Déposer les filets mignons sur un plat, frotter le dessus avec un morceau de beurre. Laisser reposer de 3 à 5 min avant de servir.

Enlever le surplus de marinade des morceaux de fenouil et servir chaud ou à la température de la pièce.
