

Cuisine et nutrition

Accueil > Cuisine et nutrition > Recettes > Porc grillé au porto, pommes de terre parisiennes poêlées

On cuisine le filet de porc sur le barbecue en 25 recettes

PRÉCÉDENTES



Porc grillé au porto, pommes de terre parisiennes poêlées

Σ 2



PRÉPARATION
15 minutes

CUISSON
16 minutes

QUANTITÉ
4 portions

Une petite dose de porto et des pommes de terre parisiennes suffisent pour faire croire à un repas de porc digne du resto!

Ingédients

1	filet de porc de 600 g (environ 1 1/3 lb)
	sel et poivre au goût
15 ml (1 c. à soupe)	d' huile d'olive
3	échalotes sèches (françaises) émincées
60 ml (1/4 de tasse)	de porto rouge
125 ml (1/2 tasse)	de sauce demi-glace
30 ml (2 c. à soupe)	de beurre
500 g (environ 1 lb)	de pommes de terre parisiennes
5 ml (1 c. à thé)	de piments d'Espelette

Préparation

1	Préchauffer le barbecue à puissance moyenne-élevée.
2	Parer le filet de porc en retirant la membrane blanche, puis le trancher en 12 médaillons. Saler et poivrer.
3	Dans une casserole, chauffer l'huile à feu moyen. Cuire les échalotes de 3 à 4 minutes.
4	Verser le porto et laisser mijoter à feu moyen jusqu'à ce que le liquide ait réduit de moitié.
5	Ajouter la sauce demi-glace et porter à ébullition. Laisser mijoter de 3 à 4 minutes. Réserver.
6	Dans une poêle, faire fondre le beurre à feu moyen-élevé. Cuire les pommes de terre de 6 à 8 minutes, jusqu'à ce qu'elles soient dorées. Saler et poivrer. Saupoudrer de piment d'Espelette. Réserver.
7	Sur la grille chaude et huilée du barbecue, déposer les médaillons de porc. Fermer le couvercle et cuire de 2 à 3 minutes de chaque côté pour une cuisson rosée.
8	Servir le porc avec la sauce et les pommes de terre.

