



# Filet de porc, purée printanière et asperges

 **Temps de préparation**  
30 min à 1h

 **Difficulté**  
Moyenne



# Ingrédients

## **Pour la purée**

1 kilogramme de pommes de terre  
2 1/2 décilitres de lait  
beurre (+ un peu)  
sel et poivre  
noix de muscade  
1 paquet de cerfeuil (ciselé)

## **Pour les asperges**

500 grammes d'asperges blanches

## **Pour les filets de porc**

800 grammes de filets de porc  
1 noisette de beurre  
1 petit bocal de fond de veau  
liant (p. ex. Maïzena Express pour sauces brunes)

# Méthode de préparation

- 1.** Préparez la purée : épluchez les pommes de terre et faites-les cuire dans de l'eau légèrement salée. Égouttez-les et ajoutez le lait et une noix de beurre. Assaisonnez de sel, de poivre et de noix de muscade. Réduisez les pommes de terre en purée et ajoutez ensuite le cerfeuil haché. Réservez.
- 2.** Épluchez les asperges blanches et faites-les cuire al dente dans une eau légèrement salée.



- 3.** Séchez les filets de porc et salez et poivrez-les de chaque côté. Faites fondre une noix de beurre dans une poêle que vous aurez préchauffée. Faites dorer la viande et enfournez-la ensuite dans un four préchauffé à 180 °C pour poursuivre la cuisson pendant 15 minutes. Laissez reposer la viande avant de la couper en tranches. Versez le fond de veau dans la poêle pour déglacer les sucs et portez-le à ébullition. Ajoutez le liant pour lier la sauce.
- 4.** Réchauffez les asperges dans une poêle avec un peu de beurre. Salez et poivrez.
- 5.** Accompagnez la viande de purée et d'asperges.