



Filet de porc, purée printanière et asperges

Temps de préparation

30 min à 1h

Difficulté

Moyenne



Ingrediënten

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)

Bereidingswijze

- 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.