

FILET MIGNON DE PORC, CREME D'AIL ET RIZ VENERE



Facile

Préparation: 15-20 mn

Cuisson: 40 mn

Pour 4 personnes:

4 "tournedos" épais de filet mignon de porc

2 carottes

4 gousses d'ail

2 càs de crème fraîche épaisse

120-140 g de riz venere

1 feuille de brick

Huile d'olive

Sel et poivre

Sans les peler, faire bouillir les gousses d'ail dans 4 eaux successives pendant 2 minutes à chaque fois. Laisser refroidir avant de mixer avec la crème fraîche et d'assaisonner.

Cuire le riz venere dans de l'eau bouillante salée jusqu'à ce qu'il soit tendre (environ 30 minutes), le réserver au chaud.

Laver, éplucher les carottes, les tailler en spaghetti (avec un éplucheur adapté ou à la mandoline). Ebouillanter les légumes une minute dans l'eau salée, les garder croquants. Les égoutter et les réserver.

Faire dorer les feuilles de brick passées à l'huile d'olive et glissées dans un four à 180° pendant 5 minutes environs en leur donnant la forme souhaitée (tube ou cercle).

Finition et dressage:

A la poêle, à feu assez vif, avec une cuillerée d'huile d'olive, saisir la viande des deux côtés puis poursuivre la cuisson à feu plus doux pendant 2 ou 3 minutes, pas plus. Assaisonner de sel et de poivre.

Dresser le riz à l'aide d'un emporte-pièce, déposer la viande et les carottes un peu de crème d'ail et le croustillant de brick.