

Spezialitads dal Grischun



MÉDAILLONS DE FILET DE PORC AU JUS BALSAMIQUE

Un repas raffiné, léger et savoureux

Ingrédients

(pour 4 personnes)

12 médaillons de filet de porc d'une épaisseur d'environ 1 cm
12 tranches de jambon des Grisons ou de coppa
4 branches de romarin
2 cuill. à soupe de beurre à rôtir
1 dl de Marsala
1 dl de vinaigre balsamique
2 dl de vin blanc d'une bonne qualité
2 pointes de couteau d'extrait de viande
75 g de beurre
sel, poivre du moulin

Préparation

(Préliminaires: 20 minutes, temps de préparation: environ 15 minutes)

- Assaisonnez les médaillons de filet de porc des deux côtés avec du sel et du poivre, recouvrez un côté de quelques aiguilles de romarin et d'une tranche de jambon des Grisons ou de coppa, fixez-la avec un cure-dents. Chauffez le four au préalable à 80 ° C.

- Faites chauffer le beurre dans une poêle à rôtir, saisissez vite, mais énergiquement les médaillons des deux côtés (pendant environ une minute et demie), dressez-les tout de suite sur le plat préchauffé et laissez-les tirer 15 minutes dans le four.
- Mouillez le fond du jus de rôti avec le Marsala, laissez réduire et versez-le à travers un tamis à mailles fines dans une casserole. Ajoutez le vinaigre balsamique et réduisez jusqu'à la moitié sur un feu doux. Ajoutez ensuite le vin blanc, l'extrait de viande et le reste des branches de romarin, réduisez de nouveau jusqu'à la moitié. A la fin, ajoutez le beurre en flocons à la sauce qui cuit doucement et attendez que le mélange soit onctueux. Salez et poivrez et versez le jus balsamique sur les médaillons.