

Filet mignon vapeur et son crumble parfumé

Une viande très moelleuse relevée d'un crumble très parfumé



Ingrédients pour 8 à 10 personnes :

2 filets mignons de porc
Sel aux herbes et poivre

Crumble :

4 échalotes (60g)
1 bouquet de persil plat
180 g de champignons de Paris
1 gobelet de chapelure maison
60 g de graines en mélange (pignons, courge et tournesol)
1 c à café de gros sel aux herbes

Cuisson du filet mignon :

Parer les filets, les étendre séparément sur un film alimentaire et les assaisonner. Refermer les films, et déposer les filets mignon dans le varoma.

Mettre 500 g d'eau dans le bol du thermomix avec 1 c à café de sel.

Cuire la viande 30 à 35 mn à varoma en mijotage.

Couper en petites tranches

Pour le crumble :

Mettre le persil dans le bol et hacher quelques secondes vit 8. Réserver

Mettre les échalotes dans le bol et hacher quelques secondes vit 8.

Ajouter les champignons et mixer 2 à 3 sec vitesse 4.

Mettre un peu d'huile à chauffer dans une poêle et faire revenir doucement le mélange de champignons et d'échalotes.

Ajouter la chapelure, les graines, le sel aux herbes et le persil et faire dorer quelques minutes. Vérifier l'assaisonnement.

Ajouter le persil en fin de cuisson pour préserver son parfum et sa couleur.

Servir avec une petite sauce au foie gras et des petits fondants de céleri aux pommes et aux carottes

A noter : Le crumble peut se préparer à l'avance et le filet mignon assaisonné et filmé (prêt à cuire) aussi. Le jour « j », il restera plus qu'à lancer la cuisson de la viande au Varoma

Chapelure maison : Mixez tout simplement vos reste de pain dur au Thermomix vitesse 8 et conservez la chapelure bien sèche plusieurs mois dans un bocal