

TOURNEDOS DE PORC, SAUCE À LA CRÈME DE MOUTARDE

NIVEAU DE
DIFFICULTÉ



SUGGESTION D'ACCOMPAGNEMENT

Servir avec des pommes de terre grelot et des haricots verts citronnés.

VALEURS NUTRITIVES PAR PORTION

410
CALORIES

40 g
PROTÉINES

10 g
GLUCIDES

23 g
MATIÈRES GRASSES

30
minutes
PRÉPARATION

15 à 18
minutes
CUISSON
Attente
20 minutes

4 à 6
PORTIONS

COUPES



Fesse

INGRÉDIENTS

2,2 lb	Rôti de fesse de porc du Québec	1 kg
6	Tranches de bacon du Québec	6
1/2 tasse	Xérès ou vin de Madère	125 ml
1/4 tasse	Eau	60 ml
1/4 tasse	Raisins de Corinthe	60 ml
2 c. à table	Huile végétale	30 ml
3	Échalotes françaises, hachées	3
3 c. à table	Moutarde à l'ancienne	45 ml
6 c. à table	Crème champêtre 35 %	90 ml
Au goût	Sel et poivre frais moulu	Au goût
	Ficelle du boucher	

PRÉPARATION

1. Placer la grille au centre du four. Préchauffer le four à 200 °C (400 °F).
2. Sur un plan de travail, déficeler le rôti en gardant sa forme. Trancher le rôti, en 6 parts égales, de façon à obtenir des tournedos et placer les tranches à plat. Enrouler une tranche de bacon autour de chaque tournedos, en serrant fermement puis ficeler.
3. Dans une petite casserole, chauffer le xérès et l'eau jusqu'au point d'ébullition. Retirer la casserole du feu et ajouter les raisins. Laisser macérer 20 minutes.
4. Dans une grande poêle, à feu moyen-vif, chauffer l'huile et y faire dorer légèrement les tournedos de chaque côté. Saler et poivrer. Déposer les tournedos sur une plaque de cuisson.
5. Cuire au four environ 5 minutes. Retirer du four et couvrir de papier d'aluminium. Laisser reposer 5 minutes.
6. Entre-temps, dans le même poêlon, à feu moyen-vif, attendre les échalotes. Déglacer avec le mélange de xérès et de raisins, puis incorporer la moutarde. Porter à ébullition et laisser réduire de moitié. Incorporer la crème et bien réchauffer. Rectifier l'assaisonnement. Servir les tournedos et napper de sauce.