

metro



Wellington de porc du Québec

Évaluer cette recette ☆☆☆☆☆ 0 Vote

2 | 0:15 | 0:30 | 0:45
PLAT PRINCIPAL | PRÉPARATION | CUISSON | TEMPS TOTAL

Ingrédients

250-300 g Filet de porc, en médaillons du Québec (2)
(9-10 oz)

1 Pâte feuilletée du commerce

2 Thym effeuillées

60 ml Beurre, huile ou beurre de cacao Mycryo (corps
(4 c. à gras)
soupe)

1 Jaune d'oeuf délayé dans 5 ml (1 c. à thé)
d'eau

Au goût Sel et poivre

Préparation

Préchauffez le four, la grille au centre à 200°C (400°F).

Salez, poivrez et saupoudrez de thym chaque médaillon de porc.

Dans une poêle chaude, faites saisir les médaillons enrobés de beurre Mycryo ou dans le corps gras de votre choix, 2 minutes de chaque côté, pour obtenir une belle coloration. Puis laissez refroidir.

Sur le plan de travail, taillez la pâte feuilletée en 4 carrés de 6'x 6'.

Sur chaque carré de pâte, disposez un médaillon, puis fermez le tout en repliant les bords pour former un rouleau.

Sur une plaque allant au four, recouverte d'un tapis en silicone ou d'un papier parchemin, disposez les médaillons.

À l'aide d'un pinceau, badigeonnez le dessus de chaque rouleau d'un peu de jaune d'œuf et laissez cuire au four 20 à 25 minutes environ, le temps nécessaire pour obtenir une température interne de la viande de 63°C (145°F).

Laissez reposer la viande, 2 minutes avant de la trancher en deux et la servir.

Source: Jonathan Garnier

Source : Metro

Mentions légales

Metro Richelieu inc. , ses compagnies affiliées et ses filiales n'engagent pas leur responsabilité pour toutes circonstances découlant de l'utilisation des recettes suggérées. Il appartient à la personne utilisant ce site de s'assurer que chacun des ingrédients est conforme à son régime de vie et/ou à ses restrictions alimentaires.
