

Déclinaison du *plat de viande* de la demi-finale



Jarret de porc pané et frit à la purée de chou-fleur, accompagné de faux-filet de porc et d'une mayonnaise au cresson

Quantités pour 4 personnes

Jarret de porc pané et frit

- 500 g jarret de porc sans couenne
- 150 g oignons
- 1 CS huile
- 1 gousses d'ail
- 25 g moutarde de Dijon
- 330 ml bière
- 200 ml fond de veau
- 80 g sarrasin
- 1 œuf
- 50 g farine
- 3 tranches de pain toasté
- ½ paquet de cresson

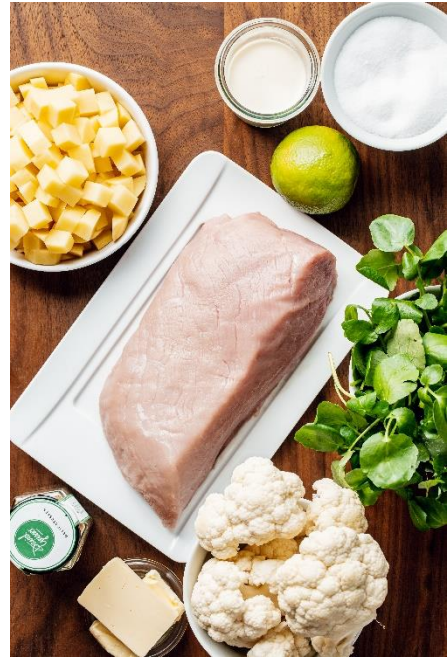
Sel et poivre pour assaisonner



Saler et poivrer le jarret de porc et l'enduire de moutarde. Le faire dorer à feu vif dans l'huile, le retirer et, dans la même cocotte, faire blondir l'ail et les oignons hachés. Rajouter le jarret et le mouiller avec la bière et le fond de veau. Mettre la cocotte dans le four préchauffé à 160° C et laisser cuire pendant deux heures. Pendant ce temps, faire cuire le sarrasin pendant environ 5 minutes, l'égoutter et le rincer à l'eau froide. Mixer le pain toasté avec le cresson pour obtenir une panure. Retirer la viande du four et la détacher de l'os. La découper en dés, puis la rouler d'abord dans la farine, puis dans l'œuf battu et enfin dans la panure au cresson. Faire frire les morceaux de viande panés dans l'huile chaude. Puis faire frire le sarrasin.

Purée de chou-fleur avec faux-filet de porc

- 350g chou-fleur
- 25 g cresson de fontaine
- 350 g pommes de terre farineuses
- 35 ml crème
- 15 g beurre
- ½ citron vert (le jus uniquement)
- Un peu d'huile de truffe
- 4 tranches de faux-filet de porc d'env. 100 g
- Huile de friture
- La « touche du chef » (épice de David Geisser)
- Sel & Poivre noir en moulin



Faire blanchir le cresson dans de l'eau salée et le plonger dans de l'eau glacée. Eplucher les pommes de terre, les couper en cubes et les faire cuire dans de l'eau salée. Couper le chou-fleur et le faire cuire dans de l'eau salée. Séparer les pommes de terre et le chou-fleur. Réduire le chou-fleur avec le cresson en purée à l'aide du mixeur plongeant. Ajouter le beurre et la crème à cette purée et mixer à nouveau. Puis incorporer les pommes de terre en soulevant et retournant la masse. Assaisonner la purée avec du sel, du poivre, de l'huile de truffe et un peu de jus de citron vert. Saupoudrer généreusement le faux-filet de porc de sel, de poivre et de la « touche du chef » (ou autre mélange d'épices approprié) puis le faire revenir dans l'huile des deux côtés et le laisser mijoter dans le four préchauffé à 80° C pendant env. 15 minutes.



Mayonnaise au cresson

- | | | |
|-------|------------------------|----------------------------------|
| 1 | jaune d'œuf | Mélanger le jaune d'œuf, la |
| ½ | paquet de cresson | moutarde et le vinaigre et |
| 100 g | huile de colza | ajouter l'huile lentement. A la |
| 1 CC | moutarde | fin, ajouter le cresson et |
| 1 CC | balsamique de pomme | mélanger, puis saler et poivrer. |
| | Sel | |
| | Poivre blanc en moulin | |

Présenter avec des micropousses
et des chips de pomme.

Bon appétit !

