



Filets mignons de porc aux pommes et Roquefort

Schweinefilet mit Äpfeln und Roquefort

Pour 4 personnes

2 filets mignons de porc
2 pommes
40 g de raisins secs
40 g de noisettes
6 pruneaux moelleux
1 oignon
100 g de Roquefort
30 g de beurre
1 c. à s. d'huile, sel, poivre
10 cl de Cidre

Plongez les raisins secs dans un bol d'eau.
Pelez les pommes et coupez-les en dés assez petits.
Poêlez-les avec l'oignon haché dans le beurre chaud.
Salez puis poivrez.
Retirez du feu
Mélangez avec les pruneaux dénoyautés et détaillés en petits dés, les noisettes grossièrement hachées et les raisins égouttés.
Chauffez le four sur thermostat 6.
Fendez les filets mignons dans la longueur.
Garnissez-les de petits morceaux de Roquefort et de farce.
Ficelez-les pour emprisonner la farce autant que possible.
Déposez les filets mignons dans un plat à four, badigeonnez-les d'huile.
Laissez-les cuire pendant 20 min. dans le four chaud.
Le reste de la farce éparpillez-la dans le plat autour des filets mignons et arrosez à mi-cuisson avec de cidre.

Für 4 Personen

2 Schweinefiletendstücke*
2 Äpfel
40 g Rosinen
40 g Haselnüsse
6 Backpflaumen
1 Zwiebel
100 g Roquefort
30 g Butter
1 EL Öl, Salz, Pfeffer
100 ml Cidre

Weichen Sie die Rosinen in Wasser ein.
Schälen Sie die Äpfel und schneiden Sie sie in sehr kleine Stücke. **Braten Sie sie** mit der gehackten Zwiebel in heißer Butter an. Salzen und pfeffern Sie. **Nehmen Sie das Ganze vom Feuer** und mischen Sie die entsteinten in Würfel geschnittenen Backpflaumen, die grob gehackten Nüsse und die ausgedrückten Rosinen dazu.
Heizen Sie den Backofen auf 180°C
Schneiden Sie die Filets **der Länge nach auf**. **Geben Sie** kleine Roquefortwürfel und so viel wie möglich von der Farce in die Filets
Binden Sie sie zu, dass die Farce möglichst gut eingeschlossen ist
Setzen Sie die Filets in eine feuerfeste Form und gießen Sie etwas Öl darüber.
Lassen Sie sie 20 Minuten im Backofen braten.
Den Rest der Farce geben Sie nach der Hälfte der Garzeit darauf und gießen den Cidre darüber

**filet mignon* ist das Endstück des Filets. Für dieses Rezept 2 Filethälften nehmen, die die Spitze des Filets einbeziehen. Nimmt man stattdessen ein ganzes Filet, muss die Garzeit um ca. 10 Minuten erhöht werden, weil es sonst an der dicksten Stelle nicht gar wird. Das Fleisch muss noch leicht rosa sein.



Das Wörterbuch

Übersetzen Sie französische Rezepte mit Hilfe dieses Wörterbuches!

ISBN 978-3-8370-5285-5 18,00 € (D)

Das Kochbuch

Kochen Sie Ihr französisches Lieblingsgericht mit diesem Kochbuch!

ISBN 978-3-8391-8856-9 9,90 € (D)

