Filet de porc aux pêches

RECETTES – REPAS – VIANDES

NOMBRE DE PORTION : 4

TEMPS DE PRÉPARATION : 15 MIN

TEMPS DE CUISSON : 20 MIN

TEMPS DE REPOS : 5 MIN

DEGRÉ DE DIFFICULTÉ: MOYEN

CONGÉLATION: OUI

Ingrédients

- 2 filets de porc
- 30 ml (1 c. à soupe) d'huile d'olive
- 1 petit oignon, haché finement
- 1 gousse d'ail, hachée finement
- 2 pêches mûres, pelées et coupées en dés
- 180 ml (3/4 tasse) de bouillon de poulet
- 15 ml (1 c. à soupe) de beurre
- 10 ml (2 c. à thé) de moutarde de Dijon
- 10 ml (2 c. à thé) de thym frais ciselé
- Sel et poivre

Préparation

1. Préchauffer le four à 200 °C (400 °F).
2. Dans une poêle, dorer les filets de tous les côtés dans l'huile. Saler et poivrer.
3. Les déposer sur une plaque de cuisson et cuire au four environ 15 minutes selon la grosseur. Couvrir et laisser reposer 5 minutes.
4. Dans la même poêle, dorer l'oignon, l'ail et les pêches de 2 à 3 minutes. Saler et poivrer.
5. Déglacer avec le bouillon. Laisser réduire de moitié. Hors du feu, incorporer au fouet le beurre, la moutarde et le thym. Rectifier l'assaisonnement.
6. Trancher la viande et napper de sauce.