

Filets de Porc aux Pignons et Amandes

Nombre de personnes: 2

Temps de préparation: 40 minutes

Ingrédients:

- FILET(S) DE PORC	450g
- FARINE	2 c à soupe
- CITRON(S)	le jus d'1
- MIEL	2 c à soupe
- PIGNONS DE PIN	2 c à soupe
- AMANDES EFFILÉES	2 c à soupe
- CRÈME FRAICHE	3 c à soupe
- BEURRE DE CUISSON	
- HUILE D'OLIVE	
- SEL	
- POIVRE	



Recette:

- Faites dorer les amandes à sec dans une poêle chaude. Réservez.
- Faites dorer ensuite les pignons de pin à sec également la même poêle chaude. Réservez.
- Pressez le citron.
- Coupez le filet de porc en tranches de 1.5 cm d'épaisseur et farinez-les.
- Faites alors fondre du beurre de cuisson dans la poêle avec un peu d'huile d'olive. Faites-y dorer les tranches de porc farinées sur les deux faces. Salez et poivrez. Réservez sur une assiette sous de l'aluminium.
- Ajoutez les pignons de pin dans la poêle avec un fond d'huile. Déglacez avec le jus de citron puis ajoutez le miel et laissez confire un peu.
- Remplacez alors la viande dans la sauce et remuez pour bien les enrober.
- Ajoutez encore un peu de crème et laissez doucement confire pendant 1 à 2 minutes.
- Servez les tranches de porcs nappées de sauce aux pignons puis saupoudrez d'amandes effilées grillées.

Remarque:

Accompagnez de tagliatelles ...