

Filets de porc, Sabayon au Pouilly et estragon

Nombre de personnes : 2

Temps de préparation : 40 minutes

Ingrédients :

- 400 g de filet pur de porc
- 5 branches d'estragon ou estragon congelé
- 1 échalote
- 500g de brocoli
- 10cl de vin blanc Pouilly-Fuissé
- 10cl de bouillon de volaille
- 1 c à café de beurre
- 2 jaunes d'œufs
- 2 c à soupe d'eau
- 1 point de curry
- Sel
- Poivre

Recette :

- Effeuillez l'estragon et gardez les tiges. Epluchez et hachez l'échalote.
- Dans une casserole remplie d'eau, faites cuire le brocoli.
- Dans un poêlon, faites réduire de moitié le Pouilly et le fond de volaille avec les tiges d'estragon, la moitié des feuilles ainsi que l'échalote.
- Salez et poivrez les filets de porc et faites-les dorer au beurre dans une poêle. Terminez la cuisson à feu doux et à couvert. Les filets doivent rester moelleux. Réservez au chaud.
- Passez la réduction de vin blanc et de bouillon au tamis, en pressant bien l'estragon.
- Dans un poêlon, fouettez 2 jaunes d'œufs avec 2 c à soupe d'eau froide.
- Sur une taque légèrement chaude (ou mieux, au bain-marie), continuez à fouetter en incorporant peu à peu la réduction de vin blanc. Ajoutez une pointe de curry et poivrez.
- Au moment de servir, découpez les filets de porc en tranches et disposez-les sur les assiettes.
- Nappez ensuite de sauce au sabayon et saupoudrez la viande avec le reste d'estragon haché.
- Servez bien chaud, accompagné des brocolis et de pâtes fraîches.

Boisson :

Le reste du Pouilly-Fuissé ou un Macon Village (10°C).