

Mignon de Porc au Miel, Millefeuille aux Légumes

Ingrédients : Pour 6 personnes

- 600 g de filet mignon

Pour la sauce

- 250 g de miel de bruyère liquide
- 1 cuil. à soupe de graine de coriandre
- ½ cuil. à café de poivre
- 1 cuil. à café de cumin
- 1 cuil. à café d'origan
- 1 pointe de safran
- 10 cl de vinaigre de vin rouge
- 20 cl de fond de volaille

Pour le millefeuille

- 1 kg 200 de tomates
- 500 g de courgettes
- 3 échalotes
- 2 gousses d'ail
- 1 pâte feuilletée
- huile d'olive
- sel et poivre



Préparation :

Sauce au miel

- Préchauffer le miel dans une casserole à feu doux et y ajouter les épices.
- Déglacer au vinaigre de vin rouge et mouiller avec le fond de volaille, puis cuire à petit feu pendant environ 15 mn.

Millefeuille

- Cuire pendant 15 mn, four à 180°, la pâte feuilletée disposée entre 2 plaques pour éviter qu'elle ne gonfle. Après cuisson, avec un emporte-pièce tailler des cercles.
- Monder les trois quarts des tomates, et concasser.
- Ciseler les échalotes, hacher l'ail et les faire suer à l'huile d'olive sans coloration. Saler et poivrer. Rajouter les tomates concassées et une branche de thym puis cuire environ 20 mn.
- Couper des tranches de tomates et de courgettes crues d'environ 2 mm.