

Carré de Porc en croûte d'épice

Préparation 45 min. + repos 30min.

cuisson : 1h05

Pour 4-6 personnes

1 carré de porc d'1 kg environ (à température ambiante)

20 g de beurre

1 c.à s. d'huile d'olive

Pour la croûte :

100g de noix de coco râpée

2 c. à c. de colombo

50 g de beurre mou

2 c. à c. de fines herbes ciselées au choix

sel, poivre

Légumes : 1 petit ananas, 1 quartier de potiron ou au légumes de saison au choix

Préparation :

1. Salez et poivrez la viande. Faites chauffer le beurre et l'huile dans une sauteuse et faites colorer la viande sur toutes les faces pendant 3 à 5 min. Placez dans un plat à four et réservez.
2. Mélangez la noix de coco, le beurre mou, le colombo et les fines herbes ciselées.
3. Étalez le mélange en carré de la taille de la viande, entre 2 feuilles de papier sulfurisé. Réservez au réfrigérateur 30 min. Elle doit être froide et souple.
4. Préchauffez le four à 180° (th.6)
5. *Facultatif : Coupez le potiron et l'ananas en morceau et placez les sur une plaque recouverte de papier cuisson. Assaisonnez et ajoutez 1c. à s. de miel. Parsemez de noisettes de beurre. Faites cuire 30 min.*
6. Retirez la première feuille de papier sulfurisé et appliquez la croûte sur la viande délicatement.
7. Retirez la deuxième feuille . Faites cuire 1h et servez avec l'ananas et le potiron. (ou avec d'autres légumes, des haricots verts par exemple) .

Champignons au beurre d'herbes et amandes

Préparation 15 min. Cuisson : 20 min. facile

Pour 4 à 6 personnes :

12 gros champignons

1 c. à soupe d'huile d'olive

1 petit oignon finement haché

40 g d'amandes mondées

1 gousse d'ail pelée et hachée

1 c. à s. de jus de citron

3 c. à s. de persil

1 c. à s. de thym séché

1 c. à s. de romarin séché

1 c. à s. de ciboulette hachée

sel, poivre

75 g de beurre ou de margarine

+ supplément pour le plat

Préparation :

1. Préchauffez le four (th. 5/6)– 180° . Beurrez un plat à four profond.
2. Retirez les pieds des champignons et hachez-les finement.
3. Chauffez l'huile dans une petite casserole et faites-y revenir l'oignon de 2 à 3 minutes, jusqu'à ce qu'il soit doré. Ajoutez les pieds de champignons hachés et faites-les cuire pendant 2 minutes. Retirez du feu.
4. Passez les amandes, l'ail, le jus de citron, le persil, le thym, le romarin, la ciboulette, le sel, le poivre et le beurre au mixeur de 20 à 30 sec.
5. Disposez les têtes de champignons dans le plat à four. Déposez une quantité égale de mélange aux oignons et aux champignons dans chaque tête, et égalisez la surface.
6. Garnissez chaque champignon de beurre d'herbes et d'amandes, enfournez et faites cuire 10 à 15 min. jusqu'à ce que le beurre soit fondu et que les champignons soient bien cuits. Servez chaud.