

# Filet de porc laqué au miel vanille

Plat

*Une idée recette pour vos repas de fêtes*

Couverts : 5

Temps de préparation : 15 minutes

Temps de cuisson : 45 minutes

## Ingrédients

Rôti de filet de porc **1kg**

Gousse de vanille **x1**

Miel **4 c. à soupe**

Huile d'olive **2 c. à soupe**

Beurre **30g**

Graines de coriandre **1 c. à café**

Sel / Poivre

## Préparation

Dans une casserole, faire fondre le miel et le beurre, les graines de la gousse de vanille, les graines de coriandre concassées, du sel et du poivre. Saisir rôti à la poêle avec de l'huile d'olive.

Le disposer dans un plat, le napper de miel aux épices et l'enfourner 30 min. 160°C (th. 5-6) en arrosant de sauce régulièrement.

3 minutes avant la fin de la cuisson, le passer au grill pour le laquer. Vérifier avant avec une aiguille la cuisson : entrer l'aiguille jusqu'au milieu du roti ; en la retirant, la pointe doit être chaude, et il n'y a pas de jus rougeâtre.

Laisser se détendre la viande dans le four un quart d'heure. Servir accompagner d'un bon riz Jasmin, avec le jus de cuisson. Un vin de compagnie ? Du Gigondas ou du Chateauneuf du Pape pour les uns ; un vin blanc sec pour les autres...