# FILET MIGNON BARDE DE LARD FUME, CHOU ROUGE A LA BIERE

**Pour 4 personnes préparation 30mn Cuisson 1H mn**

|  |  |
| --- | --- |
| 600g de filet mignon | Sel, poivre |
| 12 fines tranches de lard fumé | **Pour le chou :** 600g de chou rouge |
| 2 échalotes | 20cl de bière blonde |
| 10cl de bière blonde | 60g de beurre |
| 1 c à s de moutarde | 2 échalotes |
| 1 c à s de miel liquide | 12 noix de pécan (facultatif) |
| 4 feuilles de mélisse (facultatif) | 1 feuille de laurier |
| 1 c à s d’huile d’olive |  |

1. Préparez le chou. Râpez-le. Pelez et émincez les échalotes.
2. Dans une sauteuse, faites fondre le beurre. Ajoutez les échalotes et le laurier. Faites dorer quelques minutes.
3. Salez et poivrez puis incorporez le chou. Faites suer quelques minutes puis versez la bière et mélangez. Portez à frémissement puis baissez le feu et couvrez et laissez cuire 30mn en remuant régulièrement.
4. Préparez la viande : préchauffez le four tH 200°C. Salez et poivrez le filet puis enduisez-le de moutarde et posez les feuilles de mélisse. Enrobez de tranches de lard et ficelez-le.
5. Placez le filet dans un plat à four. Arrosez-le de miel et d’huile. Versez la bière dans le fond du plat, ajoutez les 2 échalotes coupées en 2.
6. Enfournez pour 30mn la viande ne doit pas être trop cuite mais la chair doit être blanche (non rosée).
7. Servez le filet avec le chou parsemé de noix concassées.

Astuce : le chou peut-être préparé la veille idem pour la rôti qui peut-être ficelé la veille