



FILET DE CERF ROUGE ÉRABLE ET DIJON OU DIJON ET MIEL

*Temps de cuisson : 8 à 12 min selon la grosseur de la pièce de viande ou la cuisson désirée.
Pour 4 personnes, environ 150g à 175g par personne*

INGRÉDIENTS

- 1 filet de cerf rouge 600g à 700g
- 2 cuillères à soupe combles de moutarde de Dijon
- 4 cuillères à soupe de sirop d'érable ou miel
- 1 gousse d'ail émincée
- 3 cuillères à soupe d'huile d'olive
- Champignons au goût
- Sel et poivre au goût
- 1/2 tasse de fond de gibier

PRÉPARATION

- *Mélanger la moutarde de Dijon ainsi que le sirop d'érable (ou moutarde et miel).*
- *Dans poêlon à feu moyen vif, faire chauffer 2 cuillères d'huile d'olive avec les épices herbe de Florence (MéchantMix) et le poivre.*
- *Une fois l'huile chaude diminuer le feu à moyen et y faire saisir le filet mignon de tous les côtés, sans trop le cuire. Ensuite le mettre au four pendant 8 à 12 minutes, ou jusqu'à la cuisson désirée de la viande, à 350 °F (180 °C).*
- *Pendant ce temps, faire revenir les champignons et l'ail dans un peu d'huile.*
- *Ajouter le mélange de moutarde de Dijon et sirop d'érable (ou moutarde et miel) ainsi que le fond de gibier. Laisser mijoter quelques minutes, le temps que la sauce épaisse et soit bien chaude.*
- *Couper le filet mignon en portion et les tremper dans la sauce à même le poêlon ou déposer les morceaux de filet mignon dans les assiettes et y couler la sauce.*
Servir avec un riz blanc ou pommes de terre grelots, des asperges, carottes en bâton ou autres légumes de votre choix.