

Medalhões de filé mignon suíno flambados com molho de tangerina, com cebola pérola

(Rende 4 porções)

1 filé mignon suíno cortado em quatro fatias grossas
50 g de manteiga
300 g de cebola pérola ligeiramente aferventadas
1/2 xícara (chá) de caldo de legumes
1 colher (sopa) de salsinha picada
1 colher (sopa) de azeite
1 colher (sopa) de conhaque
4 tangerinas ou laranjas ácidas
1 colher (sopa) de maisena
Sal e pimenta-do-reino moída na hora a gosto

Tempere a carne com sal e pimenta. Reserve. Em uma panela, aqueça metade da manteiga e refogue as cebolinhas temperadas com sal e pimenta até começar a dourar. Junte o caldo de legumes, e cozinhe, mexendo de vez em quando, com a panela semitampada, por 10 minutos ou até o caldo engrossar ligeiramente. Adicione a salsinha e reserve.

Em uma frigideira, derreta a manteiga restante com o azeite e doure os medalhões dos dois lados. Adicione o conhaque, e com cuidado, incline ligeiramente a frigideira para pegar fogo na bebida e deixe flambar por alguns segundos, até evaporar o álcool. Junte o suco de tangerina misturado com a maisena e cozinhe, mexendo até ferver e engrossar ligeiramente o molho.

Sirva os medalhões com o molho, a cebola pérola e decore com gomos e raspas de tangerina.

Carne Suína
Brasileira