LE FILET MIGNON SÉCHÉ

Un filet mignon salé puis séché, nature ou farci au fromage. Suivez mes explications étape par étape et ma vidéo Youtube.

Voir la recette sur YouTube



Quantité
10 personnes

Préparation
30 minutes
Salage : 12 heures
Séchage : 3 semaines

Cuisson
Aucune

INGRÉDIENTS

- 2 filets mignons de 500 g chacun (environ)
- 375 g de gros sel
- 75 g de sucre
- 0,5 g de thym
- 1 feuille de laurier
- 5 g d'ail frais
- 1,5 g de poivre noir mignonnette
- fromage type tomme, emmental, comté (quantité suivant longueur du filet mignon, barre de 1cm de coté)

MATÉRIEL

- 1 couteau
- 1 bac (pour le salage)
- 1 grille
- 1 balance
- ficelle
- 1 cul de poule
- film alimentaire
- papier absorbant

Farces and Furious - Tous droits réservés

À VOS PLANCHES, À VOS COUTEAUX !

Étape 1

- Dans un cul de poule mélanger le sel , le sucre, le thym, le laurier ciselé, le poivre mignonnette et l'ail haché ou écrasé.
- Parer les filet mignons en enlevant les grosses têtes de nerfs et éventuellement le nerf qui est tout le long du filet sur l'un des « côtés ».

Étape 2

- Peser vos filets et noter le poids de chacun. Repérer chacun d'entre eux.
- Dans un bac, frotter les filets avec votre mélange de sel. Disposer un fond de mélange de sel (la moitié), puis poser les filets mignons dessus en vous assurant que la pointe la plus fine remonte un peu sur le côté du bac afin que ce bout ne soit pas sur-salé.
- Rajouter le restant de mélange de sel sur chaque filets mignons.
- Couvrir d'un film alimentaire et mettre au réfrigérateur 12 heures maximum.
- Si vous avez un doute sur le temps, saler en 1, 10 heures et l'autre 12 heures, cela vous permettra de voir la différence et ainsi de caler la recette suivant votre goût !

Étape 3

- Sortir les filets du sel, ôter le sel et les rincer sous l'eau fraîche. Les essuyer au papier absorbant.
- Si vous devez ajouter du fromage c'est le moment !! Couper sur la longueur, en ouvrant comme un livre sans dissocier les deux morceaux. Mettre les barres de fromage préalablement taillées (là, j'ai 1 cm d'épaisseur pour le fromage), et refermer le filet mignon en donnant manuellement de la souplesse à la viande afin d'assurer une bonne cohésion entre la viande et le fromage, et assurer ainsi la fermeture durant la sèche.
- Ficeler en prenant soin que l'on ne voit pas le fromage.
- Si vous devez épicer votre filet mignon, c'est maintenant ! Qu'il soit avec ou sans fromage vous pouvez le rouler dans l'épice ou les herbes de votre choix.

Étape 4

- Mettre la grille avec vos filets dans le bas de votre réfrigérateur, tourner les pièces de viande chaque jours la première semaine.
- Compter environ 3 semaines de séchage avec une perte de 45 % du poids de départ suivant la sèche désirée.



L'ASTUCE DE STÉPHANE

Attention au temps de salage !!
L'épaisseur de votre filet (bien que le poids soit le bon) peut faire varier le temps : s'il est bien épais ne pas hésiter à le mettre 1 heure de plus au sel tout comme s'il est fin diminuer ce temps… (ce n'est pas une science exacte !!)
Penser au fait que rajouter du fromage, c'est rajouter un produit salé, donc ajuster aussi le salage suivant le fromage utilisé !

Retrouvez cette recette sur farces-and-furious.fr/project/le-filet-mignon-seche/