

## Medalhões de porco e linguine



Um simples ceia de linguini, vinho branco, crème fraîche, bacon e espargos, coberto com medalhões de porco Crédito:

Steve Painter - Miranda Ballard

28 de novembro de 2015 • 06h00

Se você está cortando o ombro de porco em casa, esta receita é grande utilizando o filé pescoço, bem como, ou comprar um filé / tenderloin ou pré-cortados medalhões, cerca de dois centímetros de espessura.

SERVE

4

### INGREDIENTES

40g de manteiga

1 dente de alho

4 fatias (bacon defumado é grande para o sabor, se você gosta do sabor esfumaçado),  
picado

6 cebolinhas, cortadas e picadas

4 aspargos (opcional)

Big pitada de estragão fresco picado

4 medalhões de porco

Vinho branco 100ml

340g linguine

Crème fraîche 200ml ou creme de leite

Fresco picado de salsinha, para guarnecer

## MÉTODO

Aqueça a manteiga em uma panela chapa ondulada (ou uma panela / frigideira fritar é bom é bom se você não tiver uma panela grelha).

Frite o alho, bacon, cebolas e espargos (se estiver usando) por um minuto para misturar com a manteiga eo casaco a panela. Adicione uma pitada de sal e pimenta eo estragão.

Use uma colher de pau ou outro utensílio para limpar quatro espaços na panela e adicione os medalhões de porco para os espaços no pan.

Cozinhe em fogo alto por cerca de dois minutos de cada lado.

Abaxe o fogo para médio e adicione o vinho branco. Cubra com uma tampa ou um pedaço de papel alumínio e deixe cozinhar por mais 12 minutos, virando os pedaços de carne de porco novamente a meio.

Enquanto isso, começar a cozinhar o linguine em uma panela grande com água e sal seguindo as instruções da embalagem.

Uma vez que o porco é cozido, coloque os quatro pedaços em um prato e deixe descansar por um momento. Escorra o linguine e misture o creme de leite.

Então ponta na mistura da panela frigideira e mexa para cobrir o macarrão no molho cremoso.

Colher o linguine em quatro tigelas de massa e coloque um pedaço de carne de porco no topo.

Adicionar uma crise de pimenta preta e alguns salsa picada para enfeite, e idealmente servir com uma cerveja gelada.

Receita de The Modern Kitchen Meat, por Miranda Ballard (RPS, £ 16,99), está disponível a partir Telegraph Livros.

Mais receitas de carne modernos.

<http://www.telegraph.co.uk/food-and-drink/recipes/pork-medallions-and-linguine/>

31 Dezembro de 2015

Mkmouse