

[Filet mignon séché maison \(recette facile\)](#)

Bonjour à tous,

J'avais lancé sur la [page facebook du blog](#) un petit sondage pour vous laisser décider des publications *cuisine* de la semaine, en vous proposant soit un [cake aux blettes](#), soit un filet mignon séché. Comme les deux recettes sont arrivées à égalité, je vous partage les deux. ☐

L'année dernière déjà, mon attention avait été très attirée sur les méthodes présentées par différents blogs pour obtenir des *charcuteries maison*. Cependant, ces préparations m'ont un peu effrayées : Juste saler puis faire sécher un morceau de viande dans son réfrigérateur pour obtenir au bout de quelques semaines une vraie charcuterie me semblait limite magique. ^^

Puis, début avril, quand mes gourmands ont commencé à (re) sortir fréquemment du saucisson, il me semblait important de tenter quelque chose plus.. diététique.. et de plus « maison ». Ce fut le filet mignon de porc qui passa par la case salage/séchage, en vue d'obtenir un vrai filet mignon séché. Pendant 2 semaines, je surveillais régulièrement la préparation, puis fut surprise de voir que la viande se conservait bien, séchait doucement, paraissait tout à fait saine.. Quand vint le jour fatidique de la dégustation, 3 semaines plus tard, je n'ose vous conter le bonheur gourmand de ma famille/belle famille. C'était une vraie charcuterie, gouteuse, moelleuse, très peu grasse.. Et 100% saine ! Gourmands conquis, si bien que je relançais d'autres séchages dans la foulée, dont un « spécial beau papa » ☐



Vraiment très agréablement surprise du résultat et de la facilité à l'obtenir, je vous partage donc la méthode/recette. Vous verrez, c'est à avoir tenté une fois dans sa vie ☐

~~~~~

## **Recette : Filet mignon séché maison**

**Temps de préparation : 2 \* 10 minutes**

**Temps de séchage : 2 à 3 semaines**

### **Ingrédients**

- 1 filet mignon de porc **d'environ 500g**
- 1 kg de gros sel
- 3 cuillères à soupe de thym
- 2 cuillères à soupe de baie roses.
- poivre

Utile à la réalisation :

- moule à cake
- un torchon propre et bien sec
- 1 post it + crayon !

## Réalisation

### Etape 1 : Le salage

- Si vous avez un peu de temps, n'hésitez pas à parer le filet mignon c'est à dire retirer les packs de gras en excès et l'aponévrose , cela rendra la viande plus agréable à déguster.
- Dans un moule à cake ou un tupperware long, déposez un bon lit de sel.
- Parsemez de thym et de baies roses puis déposez le filet mignon.
- Recouvrez le de gros sel.
- Mettez le moule/tupp' au frais et laissez le filet mignon se saler pendant 10 à 12h pour un filet mignon de 500g. En cas d'un poids différent, calculez par règle de trois (Temps de séchage de votre filet en heures = poids de votre filet en grammes \* 12 / 500 )

### Etape 2 : Mise en séchage

- Au bout des 12h, récupérez le filet mignon de porc puis rincez le pour bien le débarrasser du sel.
- Séchez le très soigneusement avec du papier absorbant puis poivrez légèrement (le poivre est antiseptique).
- Déposez le au centre d'un torchon propre puis enroulez le dedans en formant une ballotine. L'idée est de limiter le contact avec l'air sans toutefois l'empêcher de respirer. N'hésitez pas à mettre un post-it sur le ligne avec la date de lancement de séchage, cela vous permettra de repérer son temps de séchage.
- Mettez ce filet dans la partie basse du réfrigérateur et laissez sécher de 2 à 3 semaines, selon le moelleux que vous aimez. – Celui que vous voyez en photo a séché un peu plus de 3 semaines pour un poids autour de 500g -. pendant le séchage pensez bien :
  - à vérifier votre filet mignon de temps en temps (3-4j)
  - à le tourner régulièrement que la partie en contact avec le réfrigérateur ne reste jamais la même.

### Astuces pour la réalisation (Edit 04/2018) :

- Il est préférable de saler le filet mignon une à deux heures de **trop** que pas assez. Le salage permet en effet d'aider au séchage.
- Utilisez bien un **torchon très propre et très sec** afin de ne pas ramener de l'humidité autour du filet mignon.
- Ne placez **surtout pas** le filet dans un tupperware fermé, sinon l'humidité du filet mignon ne va pas s'évacuer.
- Pour le placement dans le réfrigérateur : placez le dans les « bacs à viande/poisson » des gros réfrigérateurs (ce que fais), ou à l'étage le plus bas. Évitez le contact avec les fruits et légumes.
- N'hésitez pas à **tourner votre filet mignon séché de temps en temps** (que la surface en contact avec l'étagère change et l'humidité n'y stagne pas)
- Si vous réalisez ce filet mignon séché la toute première fois, **vérifiez** que votre séchage se déroule tous les 3-4 jours c'est à dire que : pas

de moisissure apparait, la viande ne « sens » pas et reste saine. Elle changera très légèrement de couleur (plus foncée) en raison du séchage.

- Si des moisissures apparaissent :
  - Cela s'explique par la présence de trop d'humidité autour du filet mignon, humidité qui ne s'évacue pas (alors que le filet devrait sécher). Cela peut être lié à un réfrigérateur trop humide, mal ventilé (l'air ne circule pas et ne « sèche » pas le filet), un torchon humide, ou encore trop serré ( ce qui ne permet pas à l'air de circuler), ou encore une viande qui aurai apprécié un peu plus de salage (filet mignon de bonne taille).
  - Dans ce cas, retirez la partie moisie, remettez dans du gros sel quelques heures, puis redémarrez le séchage.
  - Les moisissures en elles même ne sont pas toxiques (à ce que j'ai lu sur le net) : Tant que le goût/l'odeur de viande est correct, la viande est bonne. Si jamais elle prends un goût rance/ une odeur de pourriture, ne consommez pas.

### **Dégustation :**

Servez ce filet mignon séché découpé en fines tranchettes. Il se dégustera à l'apéro, ou pourra agrémenter des salades, sandwiches, etc.

### **Congélation : (Edit 10/2021 -Conseils d'un internaute)**

Le filet mignon séché peu se congeler juste après l'étape de séchage, idéalement en « morceaux » correspondant à 1 consommation. Laissez le décongeler au réfrigérateur 1 journée avant de le consommer.



*Suggestion de variantes* : Si vous appréciez les viandes séchées, tentez le [pastrami maison](#).

~~~~~

Mots clés : [filet mignon](#), [filet mignon de porc](#), [charcuterie](#), [apéritif](#), [apéro](#), [viande](#), [filet mignon séché](#) , [porc](#)