



## **MIGNON DE SANGLIER MARINÉ À LA NEGRETTE, CRÈME D'AIL NOIR, POLENTA CRÉMEUSE, PETITS LÉGUMES CROQUANTS**

### **Ingédients pour 4 personnes**

Marinade : 1 bouteille de vin rouge 100% Négrette

1 oignon

1 carotte

1 branche de thym

2 gousses d'ail

2 feuilles de laurier

Quelques soupçons de poireaux

Quelques clous de girofle

800 gr de filet mignon de sanglier

150 gr de légumes anciens taillés en julienne

200 gr de polenta

50 gr de parmesan

60 cl d'eau

10 cl de crème fraîche

5 gousses d'ail noir

40 cl de crème liquide

Sel, poivre

Persil, huile



### **Progression**

Mettre le filet mignon de sanglier entier à mariner dans un plat creux avec le vin, l'oignon, la carotte, les clous de girofle, le thym, l'ail, le laurier, le poireau, le sel et le poivre. Réserver.

Après 24h, égoutter le filet de sanglier et le marquer de chaque côté dans une cocotte. Assaisonner et mettre à cuire au four pendant 15 minutes à 180°C.

Pendant ce temps, faire bouillir l'eau salée. Ajouter la polenta en pluie en remuant avec une spatule en bois le temps que la polenta cuise environ 2 minutes. Retirer du feu et ajouter la crème fraîche puis le parmesan tout en continuant de remuer.

Mettre à cuire les légumes de votre choix dans une grande quantité d'eau bouillante salée.

Faire bouillir la crème liquide avec l'ail noir. Assaisonner et mixer le tout.

### **Dressage**

Tailler des tronçons de filet mignon d'environ 3 cm et les disposer dans l'assiette.

Tailler la polenta en pavé d'environ 6 à 8 cm de long et disposer les légumes sur le dessus.

Couler une grosse cuillère de crème d'ail noir entre les deux et servir immédiatement.



**Chef Olivier VERHEECKE**  
*Ô de Vigne*  
1 route de Ruisseau – 31620 Villaudric