



Sauce

- 1 c. à soupe (15 g) de beurre
- 1 grosse échalote émincée
- 1 grosse gousse d'ail émincée
- 1 c. à thé (5 ml) de graines de coriandre fraîchement écrasées
- 1 tasse (250 ml) de jus de pomme grenade
- ¼ tasse (60 ml) de porto rouge

Couscous

- 2 tasses (500 ml) de bouillon de poulet
- 1 c. à soupe (15 g) de beurre
- 2 tasses (400 g) de couscous
- 2 oignons verts émincés

Médaillons

- 2 gros filets de porc
- 2 c. à soupe (30 g) de beurre non salé
- 2 c. à soupe (30 ml) d'huile d'olive
- ¼ tasse (40 g) de farine
- ½ c. à thé (2,5 ml) de sel
- ½ tasse (125 ml) de bouillon de poulet
- 1 petite pomme grenade égrenée
- Poivre noir au moulin

Pour la sauce:

Fondre le beurre dans une casserole sur feu moyen.

Y ajouter l'échalote, l'ail et les graines de coriandre; faire sauter ce mélange 1 minute, ou jusqu'à ce qu'il embaume. Y ajouter le jus de pomme grenade et le porto.

Augmenter le feu à mi-vif et laisser le liquide bouillonner doucement de 3 à 4 minutes, ou jusqu'à ce qu'il soit réduit de moitié.

Retirer la sauce du feu et la mettre de côté.

Débarrasser le porc de son gras et de sa membrane extérieure argentée et coriace.
Couper dans le sens de la largeur en morceaux de 4 cm (1½ po) d'épaisseur.
Placer les morceaux à la verticale sur une pellicule plastique; les couvrir d'une seconde pellicule plastique. Utiliser un marteau à viande ou une poêle lourde pour aplatir facilement le porc et obtenir des médaillons d'environ 1 cm (½ po) d'épaisseur. Couvrir et réfrigérer le porc jusqu'à son utilisation.

Juste avant de passer à table, préparer le couscous.
Porter le bouillon à ébullition dans une petite casserole.
Dans un saladier, mettre le couscous et le beurre. Quand le bouillon est chaud, le verser sur le couscous, couvrir d'une assiette et laisser reposer 10 minutes.
Aérer le couscous à la fourchette au moment de le servir et y incorporer les oignons verts.

Dans un ramequin, faire fondre le beurre 30 secondes au micro-ondes, y incorporer l'huile d'olive. Mettre la farine dans une petite assiette et y mélanger le sel.

Placer une grande poêle sur feu moyen à mi-vif jusqu'à ce qu'elle soit bien chaude. Pendant ce temps, plonger les médaillons de porc dans la farine, les secouer pour les débarrasser de l'excès de farine.
Verser 15 ml (1 c. à soupe) du mélange de beurre dans la poêle et ajouter plusieurs médaillons de porc, en prenant soin de ne pas surcharger la poêle.
Faire sauter le porc en augmentant au besoin le feu, jusqu'à ce qu'il soit doré, environ 3 minutes par côté.
Le garder dans une assiette ou sur une plaque et répéter l'opération avec le reste du porc, de la farine et du mélange de beurre.

Une fois le porc sauté, remettre la poêle sur le feu (sans la nettoyer).
Y verser le bouillon et le porter à ébullition. Y ajouter la sauce et laisser ce mélange bouillir sur feu mi-vif de 2 à 3 minutes, le temps qu'il réduise légèrement.

Remettre dans la poêle les médaillons et leur jus; chauffer les médaillons 2 minutes, en les retournant souvent pour les enduire uniformément de sauce.

Dans des assiettes chaudes, déposer un monticule de couscous.
Disposer les médaillons de porc contre ce monticule et les napper de sauce.
Les garnir d'une généreuse dose de graines de pomme grenade et d'un peu de poivre noir grossièrement moulu.