

Sandwich au filet de porc pané

écrit par Pariseyn | 5 mars 2016



Un sandwich très simple à réaliser mais qui est absolument grandiose.

Ingrédients, pour 4 sandwiches :

1 filet mignon ou un filet de porc

4 [pains à hamburger](#)

De la salade iceberg émincée

1 tomate fraîche en rondelles

1 oignon cru en dés ou en rondelles

Des cornichons aigre-doux en rondelles

2 œufs

Du lait

Des cornflakes non sucrés

Couper le filet en tranche assez épaisses (entre 100 et 140 g chacune), les placer entre deux feuilles de papier alimentaire. Aplatir jusqu'à une épaisseur de 5 à 6 mm.

Ecraser deux poignées de cornflakes non sucrés dans une assiette pour composer la chapelure.

Dans un grand plat, battre les 2 œufs et mélanger avec un peu de lait.

Tremper une tranche de viande des 2 cotés dans l'œuf, puis

dans la chapelure. Recommencer une fois l'opération. Mettre les tranches de viande panées au congélateur pendant 12 heures.

Le lendemain, couper la tomate, l'oignon et les cornichons en rondelles. Emincer finement la salade iceberg.

Préchauffer une friteuse à 180 °C.

Plonger les tranches panées une à la fois et laisser frire 2 à 3 minutes de chaque côté, jusqu'à ce qu'elles soient bien dorées. Egoutter sur un papier absorbant.

Composer le sandwich :

Déposer la laitue émincée, la rondelle de tomate et les anneaux d'oignon sur le pain inférieur. Déposer la viande puis les rondelles de cornichon et le demi-pain supérieur. On peut ajouter de la moutarde douce comme ça a été fait pour la photo.

Servir avec les beignets d'oignons et des frites.

Noter qu'il n'y a aucune sauce dans cette recette !

D'autres recettes nappent les deux demi-pains de mayonnaise et de moutarde : ce sera à chacun de faire selon son gout.

On peut aussi faire comme les italiens avec l'escalope de veau panée : verser quelques gouttes de citron sur la viande avant de l'intégrer au sandwich.