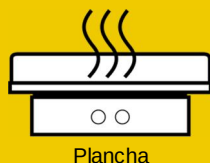
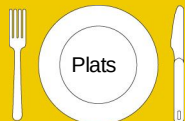


Filet mignon vinaigre le piment

Filet mignon de porc, purée de pomme de terre, haricots verts, champignons



Mise en place

Éplucher les pomme de terre puis les cuire, départ eau froide salé avec des feuilles de laurierS.

Laver et préparer les champignons, puis les escaloper.

Laver et couper l'aubergine en batonnets.

Équeuter les haricots verts puis les blanchir dans de l'eau bouillante salée environ 2 minutes.

Dans une plaque à rôti huilé colorer le filet mignon sur toutes les faces environ 2 minutes.

Puis le mettre au four à 180° avec l'ail, le thym frais et le romarin, bien l'assaisonner et cuire environ 20 minutes.

Laisser reposer ensuite le filet mignon environ 10 minutes couvert d'une feuille d'aluminium

Mise en oeuvre

Réaliser pendant ce temps là, l'écrasé de pomme de terre,

Égoutter les pomme de terre, ajouter dans une casserole le lait, le beurre, sel et poivre moulin, les écraser grossièrement.

Dans une sauteuse chaude et huilé, faite sauter les champignons, aubergines et haricots verts et griller la tomate.

Débarrasser au chaud le filet mignon et déglacer avec la sauce soja les sucs de cuisson dans la plaque à rôti, ajouter la crème fraîche, puis faire réduire et épaissir l'ensemble, terminer par rectifier l'assaisonnement si nécessaire et ajouter le trait de vinaigre aux piments.

Dresser la viande avec les légumes et l'écrasé de pomme de terre.

Ingrédients	Code SDV	Poids Net
VINAIGRE GASTRONOMIQUE LE PIMENT	7999	10 ml
SAUCE SOJA LEGERE	6677	30 g
Crème fraîche épaisse		30 g
Filet mignon de porc		150 g
Haricots verts		40 g
Aubergine		40 g
Tomates fraîches		40 g
Champignons de Paris		40 g
Lait		20 ml
Beurre cru		20 g
Pommes de terre		120 g