

Filet mignon de porc à la moutarde

(recette express)



Pour 3 personnes

Préparation : 10 minutes

Cuisson : 18 minutes

- 1 filet mignon de porc
- 15 cl de vin blanc sec
- 15 cl de crème fraîche semi-épaisse
- 1 c à soupe de moutarde
- 1/2 pomme
- 1 échalote
- 1 gousse d'ail
- 1 c à soupe d'huile d'olive
- Sel
- Poivre
- Persil (facultatif)

Coupez le filet mignon en tranches d'environ 1 cm d'épaisseur.

Émincez l'échalote.

Coupez la pomme en petits dés.

Dans une grande poêle ou sauteuse, faites colorer les morceaux de filet mignon dans l'huile d'olive pendant 2 minutes en les retournant une fois. Salez et poivrez. Réservez dans un plat.

Dans la même poêle, faites suer l'échalote.

Ajoutez les dés de pommes et laissez cuire 1 minute.

Mouillez avec le vin blanc. Ajoutez l'ail écrasé. Laissez réduire 4 à 5 minutes jusqu'à obtenir la valeur de 2 cuillères à soupe de liquide.

Ajoutez une bonne cuillère à soupe de moutarde. *La quantité peut être augmentée en fonction des goûts de chacun.*

Mélangez à l'aide d'une spatule en bois.

Ajoutez la crème fraîche en continuant de mélanger.

Laissez cuire à feu vif 1 minute.

Placez les morceaux de filet mignon dans la sauce et laissez cuire 10 minutes à feu doux.

Rectifiez l'assaisonnement.

Servez le filet mignon nappé de sauce et parsemez de persil.

Pour l'accompagnement, je vous conseille du riz, pâtes ou pommes vapeur.