



Riz Casimir au filet mignon de porc en lanières



Mon choix.

 Durée totale: 30 min

 Temps actif: 30 min

 Facile



Ingrédients

Pour 4 personnes

- 700 g** filet mignon de porc suisse
- 4 cs** sucre
- 120 g** amandes en bâtonnets
- 80 g** beurre
- 2** échalotes
- 3** pommes acidulées
- 2** poires
- 1 cc** curry doux en poudre
- 4 dl** crème
- sel

Valeurs nutritives

1 portion (sans riz) contient env.:

- 1060** kcal
- 49 g** de protéines
- 33 g** de glucides
- 80 g** de lipides

 Sans gluten

 Contient du lactose

Préparation

- 1** Faire caraméliser légèrement le sucre dans une poêle. Retirer la poêle du feu, ajouter les éclats d'amandes et faire dorer. Ajouter un quart du beurre et faire fondre en remuant. Laisser refroidir sur du papier-cuisson.
- 2** Peler l'échalote et la couper en petits dés. Couper les fruits en dés.
- 3** Couper le filet mignon de porc en fines lanières et saisir dans le reste de beurre pendant 2-3 minutes. Retirer ensuite la viande de la poêle et réserver au chaud.
- 4** Faire blondir les petits dés d'échalote dans la graisse de la poêle. Ajouter les fruits et faire revenir quelques instants. Ajouter le curry, mélanger, verser la crème et laisser mijoter 3-4 minutes.

Sur viandesuisse.ch, tu découvriras des tutoriels pour préparer la viande à la perfection, des conseils, du savoir-faire culinaire, des stories et bien plus.



Mon choix.

5

Déposer dans la poêle le filet mignon de porc avec le jus de viande obtenu, faire chauffer brièvement et saler. Parsemer d'amandes et servir.

Accompagner de riz.

Sur viandesuisse.ch, tu découvriras des tutoriels pour préparer la viande à la perfection, des conseils, du savoir-faire culinaire, des stories et bien plus.