

FILET MIGNON SAUCE MOUTARDE



Ingrédients :

- 450 g de filet mignon de porc
- 180 g de champignons de Paris
- 75 g de madère
- 100 g de lait
- 60 g d'oignon
- 1 gousse d'ail
- 30 g de moutarde à l'ancienne
- 15 g de moutarde forte
- 1/2 cube de bouillon de volaille dégraissé
- 2 c à soupe de crème fraîche épaisse à 15%
- 1 c à soupe bombée de Maïzena
- 1 c à café de sel
- Poivre
- Quelques brins de persil pour la déco

Préparation :

- Nettoyer les champignons et les couper en lamelles
- Découper le filet mignon en fines tranches et les mettre dans le panier de cuisson en alternance avec les lamelles de champignons
- Mettre dans le bol, le madère, le lait, l'oignon épluché et coupé en deux, l'ail épluché, les moutardes, le demi cube de bouillon, le sel et le poivre
- Mettre le panier de cuisson dans le bol et régler 20 à 25 mn à 100° vitesse 4 en mélangeant le contenu du panier à mi-cuisson
- A l'arrêt de la minuterie, mettre le porc et les champignons dans un plat et réserver au chaud
- ajouter la crème fraîche et la maïzena dans le bol et régler 3 mn à 80° vitesse 4
- Verser la sauce sur la viande et décorer de quelques brins de persil

Vous pouvez retrouver cette recette dans le livre " A table avec thermomix"

THERMOMINOUX 2012

<http://thermominoux.over-blog.com>