

Sauté de dinde aux carottes WW



Un plat parfait pour ces températures automnales et cette humidité de ces derniers jours. Je le fais toujours dans une cocotte au four mais vous pouvez très bien le réaliser en cocotte minutes en réduisant le temps de cuisson.

Pour 4 pers / 4 pp par pers pour 120 gr de viande

- 700gr de filet de [dinde](#)
- 700 gr de carottes
- 200 gr de coulis de tomate nature
- Thym
- Laurier
- Sel, poivre

- 200 ml vin blanc
- 1 boîte de 400 gr de champignons

Couper la dinde en gros cubes.

Eplucher les carottes et les couper en rondelles.

Dans une cocotte allant au four avec couvercle mettre la viande et les carottes. Rajouter le coulis de tomates, le vin blanc, le thym et le laurier et mélanger le tout.

Préchauffer votre four à 190°.

Faire cuire 60 minutes.

A mi- cuisson rajouter les champignons et mélanger.

A la fin du temps de cuisson les carottes doivent être fondantes, sinon prolonger la cuisson

J'aime accompagner ces plats en sauce de riz blanc

*Je vous rappelle pour conclure l'adresse mail à laquelle vous pouvez m'envoyer les photos de vos réalisations:
carflaga@gmail.com*

je me ferai une joie de les publier lors d'une prochaine mise à l'honneur