

Filet mignon de porc au paprika



Ingrédients:

- 1 beau filet mignon
- 1 cs d'huile
- 1/2 oignon émincé
- 125 ml de vin blanc
- 250 ml d'eau
- 2 cubes de kub'or - 25 % de sel soit un bâtonnet
- 1 cs de concentré de tomate
- 1 cs de maïzena
- 1 cs de paprika fumé
- 3 cs de crème liquide à 12 %
- poivre

*Pour 4 pers / 7 points par personne pour
125 gr de viande*

La recette

- Couper le filet mignon en gros morceaux, réserver.
- Faire revenir l'oignon dans une sauteuse avec l'huile, rajouter la viande et la faire revenir quelques instants. Une fois la viande colorée, ajouter le vin blanc, l'eau et les kub'or. Faire cuire quelques minutes.
- Prélever un peu du bouillon de cuisson et y mélanger la maïzena. Verser ce mélange dans la sauteuse, ajouter le paprika et le concentré de tomate, bien mélanger, poivrer.
- Laisser mijoter à couvert pendant 15 minutes à feu doux.
- Retirer le couvercle et continuer la cuisson 15 minutes à feu moyen ou fort pour faire réduire la sauce. Si besoin vous pouvez rajouter un peu de maïzena au bout de ces 15 minutes si la sauce est toujours trop liquide.
- A la fin de la cuisson rajouter la crème et laisser sur feu doux 1 minute.
- Servir bien chaud avec en accompagnement comme ici des pâtes (à comptabiliser) et une poêlée de légumes.

