

Filet mignon à la créole.

Pour 4 personnes:

1 filet mignon de porc - 2 bananes (pas trop mûres) - 1 petite boîte de tranches d'ananas - 10 cl de lait de coco - 2 oignons rouges - 1 gousse d'ail - 1 c à s de curcuma - 1 c à s de sucre roux - 20 g de beurre - 2 c à s d'huile - sel et poivre.

Pelez et hachez finement les oignons et l'ail. Coupez le filet mignon en tranches épaisses.

Faites chauffer l'huile dans une cocotte et faites-y colorer les tranches de mignon à feu vif. Égouttez-les. À leur place, faites fondre doucement les oignons et l'ail puis mouillez avec le lait de coco, ajoutez 10 cl d'eau chaude, salez, poivrez (ou relevez de piment), poudrez de curcuma, mélangez, couvrez et laissez mijoter 10 min. Pendant ce temps, égouttez les tranches d'ananas puis coupez-les en éventails. Épluchez les bananes et coupez-les en rondelles. Faites fondre le beurre dans une poêle, mettez l'ananas et les bananes, poudrez de sucre, salez, poivrez, laissez les fruits caraméliser à feu moyen 10 min en remuant doucement mais souvent. Remettez les morceaux de viande dans la cocotte, mélangez et laissez mijoter encore 10 min. Versez le contenu de la cocotte dans un plat de service creux, entourez des fruits caramélisés et servez aussitôt. Accompagné d'un mélange de 3 riz.

