



Porc au gingembre torréfié et au lait de coco

Niveau de difficulté : facile

Temps de préparation : 15 minutes

Temps de cuisson : 45 minutes

Recette pour 4 personnes

Ingrédients

- 1 filet mignon de porc
- 1 oignon
- 1/2 cuil. à café de gingembre moulu premium
- 25 cl de lait de coco
- 1 cube de bouillon de poulet
- 1 cuil. à soupe de Curry tradition indienne
- de l'huile d'olive
- Moulin sel blanc de Méditerranée

1. Coupez le filet mignon de porc en rondelles d'environ 1 ½ cm d'épaisseur.
2. Faites chauffer un filet d'huile d'olive dans une cocotte.
3. Saisissez les morceaux de filet mignon dans la cocotte à feu vif pendant 3 minutes, en les retournant. Salez à votre goût.

4. Pendant ce temps, pelez et hachez finement l'oignon. Ajoutez-le à la cocotte, faites cuire 3-4 min. en mélangeant de temps en temps.
5. Ajoutez le lait de coco, le cube de bouillon, le gingembre et le curry. Mélangez bien le tout.
6. Laissez cuire environ 45 minutes à feu très doux. Remuez de temps en temps.
7. Servez les tranches de filet mignon dans les assiettes en les nappant de sauce. Dégustez accompagné de riz basmati cuit.

Astuce

Servez avec une poêlée de courgettes sautées ou de légumes de saison (carottes, courge, potimarron...)