



Recette (Pour 1 personne)

Porc au curry

Liste des ingrédients de la recette

Ingrédients	Unités	Quantités
Porc. filet mignon	g	200.00 g
Curry, cuillères à café	unité(s)	1.00 unité(s)
Crème fraîche épaisse	g	20.00 g

Valeurs nutritionnels par portion

Féculents	0	portion	Fromage / Laitage	0	portion
Légumes	0	portion	V/P/O	1	portion
Huile	1	c-à-c	Fruit	0	portion
Protéines animales	0	Gramme	Protéines végétales	0	Gramme

Etapes de la recette & Commentaires

Etapes de la recette	Commentaires
Découper le filet en petites tranches fines. Faire revenir sans huile. Mélanger le curry avec la crème , au dernier moment verser sur la viande, servir aussitôt.	