

Filet mignon caramélisé

Note de la recette :

 4
5

Pour 6 Personne(s)

Coût de la recette :



Niveau de difficulté :



Temps de préparation :



10 min

Temps de cuisson :



25 min

Temps de repos :



[imprimer la recette](#)

- 900 g de filet mignon de porc
- 5 c. à soupe de miel liquide
- 1 c. à café de baies roses
- 0.5 c. à café de poivre en grains
- 5 cl de sauce soja
- 2 c. à soupe d'huile
- 1 bouquet de ciboulette
- Sel

un pessac-léognan (Blanc, Bordelais)

Résumé :

Bien entendu si vous ne mangez ou si tout simplement vous n'aimez pas le porc, vous pouvez bien évidemment le remplacer par du veau.

Dans un bol, mélangez le miel et la sauce soja.

Écrasez les baies roses et le poivre. Ajoutez-les dans le mélange miel/sauce soja.

Mettez le filet mignon dans un plat et arrosez-le du mélange.

Tournez-le plusieurs fois de manière à ce qu'il soit bien enrobé. Laissez mariner 1 h.

Faites chauffer l'huile dans une cocotte.

Posez le filet mignon dans la cocotte et faites-le dorer sur toutes ces faces.

Puis versez la marinade et un verre d'eau. Salez et couvrez. Faites cuire 20 min à feu moyen.

Puis retirez le couvercle et poursuivez la cuisson jusqu'à ce qu'il ne reste plus qu'un fond de liquide.

A ce moment-là, retournez plusieurs fois le filet pour le faire caraméliser de tous les côtés.

Posez le filet dans un plat, parsemez-le de ciboulette ciselée et servez aussitôt avec du riz basmati.