

🔪 Difficulté : facile ⏱ Temps de préparation : 10 min 🍳 Temps de cuisson : 25 minutes



## MÉDAILLON DE FILET MIGNON À L'AIL DES OURS ET POMMES DE TERRE SAUTÉES

Un tendre émincé de filet mignon mariné à l'ail des ours, accompagné de savoureuses pommes de terre sautées, croustillantes à l'extérieur et fondantes à l'intérieur, pour un repas gourmand et plein de saveurs.

- **Le Filet mignon** est sélectionné par **Didier de la Ferme du Cantal**, avec soin et respect, garantissant une viande tendre et pleine de saveurs.
- **Les Légumes** de la **Maison du Mieux Manger**, cultivés localement avec soin, dans le respect des saisons et de l'environnement, pour une fraîcheur incomparable et des saveurs naturelles.

### LES INGRÉDIENTS



**Emincé de Filet mignon Ail des ours**  
200grs



**Pomme de terre**  
300grs

### LES INGRÉDIENTS NON INCLUS



**Beurre**



**Huile d'olive, beurre**



**sel et poivre**

### L'ÉQUIPEMENT

2 pôles,

### LES ÉTAPES

#### ÉTAPE 1

Lavez, épluchez et coupez les pommes de terre en petits cubes.

#### ÉTAPE 2

Dans une poêle faites chauffer l'huile d'olive, et faites revenir les pommes de terre à feu moyen jusqu'à ce qu'elles soient dorées et presque cuites environ 10/15mn. Salez et poivrez légèrement. Baissez le feu et poursuivez la cuisson à feu doux 3/5 mn.

#### ÉTAPE 3

Dans une poêle, sans matière grasse, faites cuire le filet mignon 25mn à feu doux.

#### ÉTAPE 4

Servez l'émincé de filet mignon avec ses pommes de terre sautées. Bon appétit!