Mmm LA MAISON DU MIEUX MANGER | FERME DU CANTAL

Difficulté : Moyenne **Temps de préparation : 10min** **Temps de cuisson : 45min**



FILET MIGNON DE PORC AUX LÉGUMES PRINTANIERS

Une recette qui allie la tendreté de la viande à la fraîcheur des produits printaniers pour un repas équilibré et savoureux.

- **Le Cochon** 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



Filet mignon
200g



Carottes nouvelles
100g



Pomme de terre
150g



Oignon
1



Asperge
3/4 selon la grosseur



Gousse d'ail
1

LES INGRÉDIENTS NON INCLUS



Huile d'olive, sel et poivre
à votre convenance

LES ÉTAPES

ÉTAPE 1

Préchauffez le four à 180 °C. Coupez le filet mignon en médaillons d'environ 2 cm d'épaisseur, salez, poivrez.

ÉTAPE 2

Pendant ce temps, lavez les pommes de terre et les carottes, les couper en petits cubes, taillez les asperges en tronçons et émincez l'oignon.

ÉTAPE 3

Disposez les légumes dans un plat allant au four, avec la gousse d'ail, arrosez -les d'huile d'olive, salez, poivrez.

ÉTAPE 4

Placez les médaillons de porc sur le lit de légumes, rajoutez un filet d'huile d'olive dessus, puis enfournez pour 45 minutes, jusqu'à ce que les légumes soient tendres et la viande cuite à point.

ÉTAPE 5

Servez chaud, en nappant éventuellement d'un peu de jus de cuisson.