



FILET MIGNON DE PORC AUX LÉGUMES

Ce filet mignon de porc aux légumes au four est un plat savoureux et équilibré où la tendreté de la viande se marie aux légumes rôtis, offrant une cuisson simple, parfumée et pleine de couleurs.

- **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
100g



Oignon
1



Courgette
100grs



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 et épluchez les pommes de terre, les carottes, les courgettes, les couper en petits cubes 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.