



FILET MIGNON DE PORC AUX DATTES, RAISINS SECS ET PIGNONS



Pour 6 personnes : 1 filet mignon de porc, 10 dattes medjoul bio, 50g de raisins secs bio, 75g de pignons de pin ou de cerneaux de noix, 1ocl de bouillon de volaille maison, un petit verre de vin blanc sec, sel, poivre, huile d'olive.

Mettez un peu d'huile dans la cuve du délicook, déposez le filet mignon, salez, sélectionnez la fonction grill puis choisissez la fonction viande. Programmez 12 min de cuisson. Retournez la viande pour la dorer sur toutes les faces en ouvrant le couvercle à chaque fois. Après 6min ajoutez les dattes et les raisins et 2min avant la fin ajouter les pignons ou les cerneaux de noix. Quand les 12 min de grill sont terminées ajoutez dans la cuve le bouillon et le vin blanc et programmez pour 30 min la fonction « mijoter ». Vous pouvez accompagner de plat de pommes vapeur, de riz, de graine de couscous ou de quinoa selon vos envies.