

## Filet mignon aux fruits secs



Plat **Facile**

**Pour** : 4 personnes

**Préparation** : 20 mn

**Cuisson** : 40 mn

*Une recette toute simple, légère, rapide et savoureuse. Un accord sucré-salé qui se marie bien avec le porc et avec la finesse du filet mignon. Vous pouvez ajouter à la préparation une écorce d'orange confite ou quelques zestes.*

Recette proposée par : Isabelle Fages

### Ingrédients

- 600 g de filet mignon de porc
- 200 g d'oignons grelots
- 8 abricots secs - (suivant les goûts, on peut utiliser des dattes, des figues ou des pruneaux)
- 3 tomates - (ou 1 petite boîte de tomates pelées)
- 50 g de raisins - secs
- 20 cl de vin - moelleux (type muscat)
- 1 cs d'huile d'olive
- 1 branche de thym
- 1 pincée de cannelle
- 2 gousses d'ail
- sel
- poivre

### Préparation

- 1 Laissez gonfler les raisins secs dans un peu d'eau tiède.
- 2 Ebouillantez les tomates, pelez-les et coupez-les en dés.
- 3 Epluchez les oignons.
- 4 Coupez le filet mignon en tranches de 2 centimètres.
- 5 Dans une cocotte, faites revenir à feu doux les oignons avec l'huile d'olive. Ajoutez la viande et laissez dorer les morceaux sur les deux faces en augmentant un peu le feu.
- 6 Déposez les abricots secs, les tomates, l'ail haché, le thym, la cannelle. Versez le muscat. Salez et poivrez. Couvrez et laissez cuire à feu doux pendant 30 minutes (pas plus, la viande ne devant pas sécher pour rester tendre).
- 7 Ajoutez alors les raisins secs égouttés et faites cuire de nouveau 5 minutes. Servez bien chaud accompagné de riz ou de petites pommes de terre cuites à la vapeur.

Retrouvez la recette en ligne en utilisant ce Flashcode

