

Filet Mignon Sauces Soja et Moutarde au Miel

Nombre de personnes: 2

Temps de préparation: 1 heure

Ingrédients:

- FILET(S) DE PORC	1 filet mignon
- SAUCE AU SOJA	1 c à soupe
- SAUCE SOJA SUCRÉE	1 c à soupe
- MOUTARDE AU MIEL	1 + ½ c à soupe
- EAU	2 c à soupe
- SEL	peu
- POIVRE	

Recette:

- Mélangez les sauces soja avec 1 c à soupe de moutarde au miel, un peu sel (pas trop) et poivre.
- Placez le filet mignon dans un plat à gratin et badigeonnez-les avec le mélange soja-moutard-miel.
- Laissez reposer au frais 30 minutes.
- Préchauffez le four à 200°C.
- Enfourez le filet mignon pour 35 minutes.
- Après 20 minutes de cuisson, ajoutez l'eau dans le plat à gratin et poursuivez.
- Coupez le filet mignon en aiguillettes et dressez sur vos assiettes.
- Liez la sauce avec la ½ c à soupe de moutarde au miel restante et nappez les aiguillettes dressées.

