

Filet Mignon de Porc, Mange-Tout, Poivron et Sésame à la Chinoise

Nombre de personnes: 4

Temps de préparation: 1 heure

Ingrédients:

- FILET(S) DE PORC	750g
- MANGE-TOUT (HARICOTS)	250g
- POIVRON(S) ROUGE(S)	1/2
- OIGNON(S) ROUGE(S)	1
- HUILE D'OLIVE	
- ABRICOTS SÉCHÉS	12
- MIEL	2 c à soupe
- EAU	15 cl
- SAUCE AU SOJA	6 c à soupe
- GRAINES DE SESAME	2 c à soupe
- MAIZENA	
- POIVRE	



Recette:

- Coupez le porc en dés.
- Nettoyez et coupez le poivron en gros dés.
- Equeutez les mange-tout.
- Emincez en rondelles l'oignon rouge.
- Coupez les abricots séchés en 2.
- Faites torrifier à sec les graines de sésame. Réservez.
- Faites chauffer l'huile dans une sauteuse. Ajoutez la viande et laissez prendre couleur.
- Ajoutez ensuite les oignons et laissez fondre 3 minutes.
- Incorporez les abricots, les mange-tout et les poivrons. Remuez et laissez 2 minutes à couvert.
- Versez alors la sauce soja, l'eau et le miel. Poivrez généreusement.
- Couvrez et laissez mijoter 20 minutes.
- Liez la sauce avec un peu de maizéna.
- Ajoutez les graines de sésame et servez sans attendre.

Remarque:

Accompagnez de riz blanc.