

## *Filet Mignon aux Chicons et aux Carottes*

**Nombre de personnes : 2**

**Temps de préparation : 1 heure**

### **Ingrédients :**

- FILET(S) DE PORC	450g
- CHICON(S)	1 kg
- CAROTTE(S)	4-5
- SUCRE SEMOULE	1 c à soupe
- OIGNON(S)	1
- VIN BLANC SEC	10 cl
- SEL	
- POIVRE	

### **Recette :**

- Coupez et retirez les parties amers des chicons.
- Faites-les revenir dans du beurre chaud. Salez et poivrez. Terminez en les saupoudrant de sucre semoule afin de les caraméliser. Réservez sur une assiette.
- Pelez et coupez les carottes en rondelles. Faites-les cuire sous un film alimentaire au micro-onde pendant 6 minutes. Poivrez. Réservez.
- Emincez l'oignon.
- Faites dorer le filet mignon dans du beurre chaud. Salez un peu et poivrez.
- Intégrez l'oignon émincé et laissez étuver quelques minutes.
- Intégrez alors les légumes (chicons cuits et carottes).
- Arrosez avec le vin blanc et poursuivez la cuisson à couvert pendant 15-20 minutes.
- Rectifiez l'assaisonnement.
- Détaillez le filet mignon en tranches d' $\frac{1}{2}$  cm. Servez accompagné du mélange chicons-carottes.

### **Remarque :**

Accompagnez d'une purée de pommes de terre.

