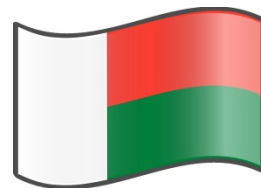


FILET MIGNON AUX LETCHIS

- 1 filet mignon de porc
- 15 à 20 letchis de Madagascar
- 1 oignon rouge
- 1 c. à s. de miel liquide
- 2 c. à s. d'huile d'olive
- ½ c. à c. de gingembre en poudre
- 1 branche de romarin



Merci à mes amis malgaches
pour cette idée de recette.

Eplucher et dénoyauter les letchis. Emincer l'oignon rouge. Couper le filet mignon en tranches de 3 cm d'épaisseur environ.

Mélanger l'huile avec le miel et le gingembre.

Dans un plat beurré allant au four former un lit avec la moitié des letchis et l'oignon rouge. Déposer les tranches de filet mignon sur ce lit. Verser dessus le mélange huile et miel. Ajouter le reste des letchis et la branche de romarin.

Enfourner à four chaud thermostat 6 (180°C) pour environ 30 minutes. Le filet mignon doit être légèrement doré mais cuit au centre. Au sortir du four laisser reposer 10 minutes sous un papier aluminium.

Servir avec des pommes de terre ou des pommes duchesse.

