

## LE FILET MIGNON AUX OIGNONS

### LES INGREDIENTS :

- ✓ Filet mignon de porc ou de veau,
- ✓ Cinq beaux oignons,
- ✓ Du beurre du sel et l'incontournable piment d'Espelette (qui a pris dans ma cuisine la place du poivre dans toutes les recettes !),

### LA PREPARATION :

- **Première étape : la préparation.**

- Coupez les oignons en rondelles et le filet en tronçons d'environ 5 cm.

- **Deuxième étape : les oignons.**

- Faites revenir les oignons dans des dés de beurre jusqu'à ce qu'ils se colorent légèrement. Salez et poivrez.

- Une fois fait, ôtez les oignons de la poêle **sans éteindre le feu** (si vous cuisinez au gaz) et réservez les dans une assiette.

Et enchaînez avec :

- **Troisième étape : la viande.**

- Dans la poêle qui a servi pour les oignons saisissez les tronçons de filet mignon sur chaque face. Salez et poivrez.

- **Quatrième étape : réunissez les deux.**

- Recouvrez les tronçons de filet mignon avec les oignons rissolés et ajoutez un demi-verre d'eau (verre à moutarde).

- Couvrez et laissez cuire à feu doux une vingtaine de minutes (voire une demi-heure) en fonction de la taille des tronçons.

- **Cinquième étape : la dégustation.**

Nous avons savouré notre filet mignon avec des Capellini mais il se marie très bien avec des haricots verts, de la salade, des pommes de terre (en purée ou rissolées).

Bon appétit.

***C'EST PRET !!!***