

Filet de porc à la dijonnaise

Préparation: 10 min. – **Cuisson:** 45 min. – **Portions:** 6. – **Marinade:** 4 heures

Ingrédients

1 kg de filet de porc

Marinade: 4 c. à soupe d'huile d'olive

2 c. à soupe de jus de citron

2 gousses d'ail pelées

1 c. à soupe de moutarde de Dijon



Sauce: 3 échalotes hachées finement – 8 champignons émincés – 190 ml de vin blanc sec – 500 ml de crème allégée – 3 c. à thé de moutarde de Dijon – Sel et poivre

Préparation

1. Mélanger les ingrédients de la marinade et mariner le porc au réfrigérateur pendant 3 à 4 heures.
2. Griller le porc sur le barbecue ou sur un grill; il doit encore être rosé à l'intérieur, soit environ 30 minutes.
3. Sauce: rissoler échalote et champignons dans 1 c. à soupe d'huile d'olive. verser le vin et déglacer. Ajouter la moutarde et la crème. Cuire pour épaissir. On peut ajouter du persil haché très finement.
4. Le porc peut être cuit au four.