



La Cabane de Lulu

# FILET MIGNON DE PORC AU FOUR

---

## INGRÉDIENTS

---

- 1 FILET MIGNON DE PORC (ÉLEVÉ AU PAYS-BASQUE)\*
- 15 TRANCHES FINES DE VENTRÈCHES SÉCHÉES\*
- 3 GRAPPES DE TOMATES (CERISES OU COCKTAIL)
- 1 AUBERGINE
- 1 OIGNON JAUNE
- HUILE D'OLIVE EXTRA VIERGE\*
- PIMENT D'ESPELETTE\*

## PRÉPARATION

---

- PRÉCHAUFFEZ LE FOUR À 180°C
- DÉPOSEZ LES TRANCHES DE VENTRÈCHE LÉGÈREMENT LES UNES SUR LES AUTRES, PUIS POSEZ LE FILET MIGNON DE PORC DESSUS.
- REPLIEZ LES TRANCHES DE VENTRÈCHES AFIN D'ENTOURER LE FILET MIGNON.
- FAITES CHAUFFER UNE POÊLE À FEU VIF, PUIS FAITES REVENIR LE FILET MIGNON DE PORC 3 MINUTES DE CHAQUE CÔTÉ.
- COUPEZ L'AUBERGINE ET L'OIGNON.
- PRENEZ UN PLAT ALLANT AU FOUR, PLACEZ LE FILET MIGNON DE PORC DEDANS.
- AJOUTEZ LES TOMATES ENTIÈRES AUTOUR, AINSI QUE L'AUBERGINE ET L'OIGNON.
- AJOUTEZ UN FILET D'HUILE D'OLIVE SUR LES LÉGUMES MAIS AUSSI UN PEU DE SEL ET DE PIMENT D'ESPELETTE.
- ENFOURNEZ AU FOUR 40 MINUTES.

\*PRODUIT PROVENANT DE LA CABANE DE LULU