Sauté de Porc façon Marengo

Plat chaud

Note : 1

Portions :6 parts

Difficulté : 1

Temps de préparation :20 min

Temps de cuisson/repos :60 min

Calories par portion : 337.333 Kcal

Charge glycémique par portion: 1.013

Les ingrédients

- 1.0 kg Filet de porc
- 200.0 gr champignon
- 100.0 gr Concentré de tomate
- 1.0 u Oignon
- 20.0 cl Vin blanc sec de table
- 1.0 cs Farine de blé
- 1.0 cs Huile
- 1.0 p Thym
- 1.0 p Romarin
- 1.0 u Laurier feuille

Préparation de la viande
Coupez la viande en cube et la faire revenir dans la sauteuse . Réservez les.

Préparation des légumes
Épluchez l'oignon et coupez le finement. Puis faire le faire dorer à feu doux dans la sauteuse. Puis ajoutez la farine, le concentré tomate et le vin blanc. Bien mélanger le tout. Rajouter la viande et assaisonner à votre convenance.

Cuisson
Laisser mijoter à feu doux pendant 1 heure. Et ajouter les champignons égouttés en fin de cuisson.

Présentation
A proposer avec un féculent (pâte, riz, ...)