

SAUTÉ DE PORC AU CURRY



Temps de préparation: 5mn - Temps de cuisson: 17mn - Nombre de portions: 4

Ingrédients:

- 1 Oignon jaune
- 1 Gousse d'ail
- 400g Filet mignon de porc
- 1cc Moutarde
- 100g Tomate concassées en boîte
- 1cc Paprika en poudre
- 1 Poivron rouge
- 10g Huile de coco
- 1cs Sauce soja salée
- 1cs Curry en poudre
- 200g Lait de coco
- 2 pincées Poivre moulu

Préparation:

-

Mettre l'oignon épluché coupé en deux et la gousse d'ail dans le bol. Hacher 5 sec / vitesse 5. Racler les parois du bol avec une spatule en silicone.

-

Ajouter le poivron coupé en 4 dans le bol et hacher 5 sec / vitesse 5. Racler ensuite les parois avec une spatule.

-

Ajouter l'huile de coco cuire 4 min / Varoma / vitesse 1.

- Ajouter le filet mignon coupés en cubes, le soja, la moutarde, le curry, les tomates concassées, le lait de coco, le sel, le poivre, le paprika. Cuire 17 min / 100° / sens inverse/ vitesse 0.5

-

SERVIR AVEC DU RIZ