



Les plats principaux

Filet pur de porc en sauce au paprika

Pour 4 personnes.

Ingrédients

2 filets pur de porc

Pour la marinade

2 cuillères à soupe d'huile d'olive
2 gousses d'ail (écrasées)
1 cuillère à café poudre de paprika
1 cuillère à café de cumin (moulu)
1 citron (le jus)

Pour la sauce

2 cuillères à soupe d'huile d'olive
1 oignon (coupé finement)
2 poivrons rouges (en lamelles)
2 poivrons jaunes (en lamelles)
1/2 piment rouge (coupé finement)
2 gousses d'ail (écrasées)
1/2 cuillère à café poudre de paprika
1 cuillère à café de sucre
400 grammes tomates en cubes (en boîte)
1 cuillère à café de persil (finement haché)
poivre
sel

Méthode de préparation

Mélangez ensemble tous les ingrédients pour la marinade et mettez ce mélange avec la viande dans un sac en plastique. Fermez bien et réservez au frigo pendant une nuit. Le jour suivant, faites d'abord la sauce. Pour cela faites revenir dans l'huile d'olive l'oignon, les lamelles de poivron, le piment et l'ail. Après quelques minutes ajoutez un peu de poivre et de sel, le paprika et le sucre.

Faites mijoter cela environ 10 minutes. Ajoutez les cubes de tomate et mettez le tout dans un plat à four. Retirez la viande de la marinade et rôtissez-la dans la même poêle. Déposez-la ensuite sur les légumes. Déglacez la poêle avec quelques cuillères d'eau, ajoutez la marinade et faites bouillir 2 minutes.

Versez-la ensuite sur la viande. Recouvrez d'une feuille d'aluminium et mettez 45 minutes dans un four à 180°. Avant de servir, saupoudrez de persil.

