

FILET DE PORC A L'ANANAS



Pour 4 pers : (économique)

Préparation 15mn

Cuisson 35mn

Ingrédients:

- 800g de filet de porc ficelé (sans barde)
- 1 boîte de 560g d'ananas en rondelles
- 2 citrons
- 2 échalotes
- 1 cm de gingembre frais
- 2 tomates
- Huile d'olive
- Sel, poivre

Préparation :

- *Peler et hacher le gingembre. Presser le jus des citrons. Laver, épépiner et couper en dès les tomates.*
- *Peler et émincer les échalotes, les faire revenir 3mn dans une cocotte dans 1 CS d'huile.*
- *Ajouter le filet de porc salé et poivré, le faire colorer de tous les côtés environ 5mn. Ajouter les dès de tomates, le gingembre, le jus des citrons, cuire 10mn.*
- *Verser 5 CS de jus d'ananas, ajouter les rondelles couper en 2. Couvrir et cuire 15mn en retournant le rôti une fois.*
- *Laisser reposer 5mn hors du feu, puis couper le rôti en morceaux et terminer de cuire la viande encore rosée environ 2mn. Servir*