

Filet mignon aux baies rouges

Recette PROPOSÉE PAR THIERRY TEFFAINE

Ingrédients

POUR 4 PERSONNES

1 Filet mignon
2 cuillères de miel
2 cuillères de sauce soja
50 g de baie de cassis
50 gr de baie de groseille
15 gr de beurre
Poivre au moulin
Fleur de sel

- 1 Mettre à mariner la veille le filet mignon avec le miel, le poivre, la sauce soja
- 2 Poser le filet mignon sur la grille du four
Placer un plat sous la grille afin de récupérer le jus
Chauffer le four à 240c, laisser cuire 10 minutes
Retirer du four
- 3 Mettre un peu d'eau dans le plat et placer le jus dans une casserole
Faire réduire le jus et ajouter les baies, enlever du feu et ajouter le beurre en petits morceaux
- 4 Découper le filet en tranche et verser un cordon de sauce dessus

Régalez-vous !

