Filet mignon Bourguignon cookeo

Filet mignon bourguignon cookeo

320 CALORIES 7 PP 8 SP

Ingrédients pour 4 personnes

1 filet mignon (600 g)

200 g de champignons de Paris frais ou congelés

200 g de carottes

2 cuillères à café de maizena dilué dans l’eau

200 ml de vin rouge

200 ml d’eau

2 cuillères à soupe de concentré de tomates

200 g d’oignons

1 cube de bouillon de bœuf

3 cuillères à soupe d’huile d’olive

Sel

Poivre

Préparation

Mode dorer

Versez de l’huile d’olive dans la cuve et faites revenir les oignons, le filet mignon

Ajoutez les carottes et les champignons puis versez un bouillon composé de 200 ml de vin rouge ,200 ml d’eau et un cube de bouillon de bœuf émietté.

Salez et poivrez selon votre convenance.

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 25 mn

Quand la cuisson est terminée réservez votre filet mignon et coupez votre filet mignon en tranches .

Repassez en mode dorer

Ajoutez 2 cuillères de maïzena diluées dans de l’eau pour épaissir la sauce.

Ajoutez les cuillères de concentré de tomates .

Redéposez les tranches de filet mignon dans la cuve puis laissez mijoter 2 mn .

Servez chaud