

**Filet mignon au Boursin
weight watchers au cookeo :
la fiche**

Cookeo
Moulinex

Filet mignon au boursin weight watchers 4 PP



Préparation 5 mn

Cuisson 15 mn

Propoints 5

Calories 250

Ingédients pour 4 personnes

1 filet mignon

1 cube de bouillon de bœuf

100 g de Boursin

200 ml d'eau

Sel

Poivre

1 cuillère à café d'huile d'olive

2 cuillères à soupe de maïzena

Filet mignon au Boursin weight watchers au cookeo. Vous pouvez imprimer ou créer un PDF de cette fiche en cliquant sur l'un des 2 onglets en haut à droite de l'article.



[m/category/cookeo/](https://www.facebook.com/cookeorecettes)

Préparation

Mode dorer

Faites revenir le filet mignon avec de l'huile .

Réservez le filet mignon lorsqu'il est doré sur toutes ses faces.

Versez alors l'eau avec le cube de bouillon de bœuf et mélangez avec le Boursin jusqu'à obtenir un mélange homogène.

Redéposez le filet mignon dans la cuve .

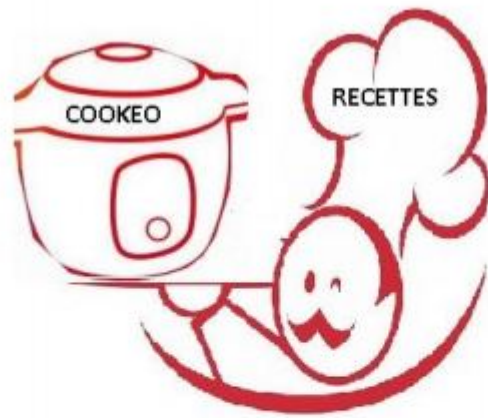
Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 15 mn de cuisson

et passez en mode dorer

Quand la cuisson est terminée réservez le filet mignon et coupez le en tranches pendant que vous épaissez la sauce avec 2 cuillères à café de maïzena. Quand la sauce a épaissi replongez les tranches de filets mignon pendant 2 mn et servez chaud .

<https://www.facebook.com/cookeorecettes>



1000 RECETTES COOKEO