

Zeitschrift: Aînés : mensuel pour une retraite plus heureuse
Herausgeber: Aînés
Band: 18 (1988)
Heft: 11

Rubrik: Bons petits plats pour toi et moi : filet mignon de porc en manteau vert

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. [Voir Informations légales.](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. [See Legal notice.](#)

Download PDF: 18.03.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

BONS PETITS PLATS POUR TOI ET MOI

Filet mignon de porc en manteau vert

Les feuilles de laitue romaine qui entourent la viande lui permettent de cuire dans son jus et de rester tendre et savoureuse. En hiver, on peut les remplacer par du chou frisé: la préparation n'en sera que plus savoureuse.



Ingrédients

1 petit filet mignon de porc de 220 à 250 g
100 g de chair à saucisse de veau
2 cs de persil haché fin
un peu de thym
1 laitue romaine
sel, poivre
2 dl de bouillon
1 cs de beurre de table

Laver soigneusement les feuilles de laitue et les blanchir 3 minutes à l'eau salée. Laisser refroidir.

Mélanger le persil et le thym à la chair à saucisse.

Rectifier éventuellement l'assaisonnement.

Étaler les feuilles de laitue sur une planche, poser dessus le filet mignon de porc salé et poivré.

A l'aide d'un couteau ou d'une spatule, enduire la viande de chair à saucisse.

Emballer le tout dans les feuilles de laitue et ficeler solidement avec du fil de cuisine.

Mettre le filet emballé dans un plat à gratin, arroser de bouillon chaud et parsemer de noisettes de beurre. Faire cuire 25 à 30 minutes au four préchauffé à 200 degrés.

Servir avec des croquettes ou des pommes dauphine et un légume.

ALIMENTATION-TRAITEUR
J + J DISERENS, Bd Grancy 56
1006 LAUSANNE (021) 26 28 72

Spécialités méditerranéennes.
Vins suisses et étrangers.
Pâtes fraîches. Pizzas à l'emporter.
Petits menus sur commande.

LIVRAISONS À DOMICILE

José et Jacqueline Dizerens informent la fidèle et nouvelle clientèle qu'ils feront tout leur possible pour vous satisfaire et se réjouissent de votre visite.

Rectificatif

A la suite d'une erreur de transmission, le modèle de pullover pour homme présenté dans notre numéro d'octobre ne correspond pas à la photo qui l'illustre, mais à celle qui se trouve ci-contre.

