

FILET MIGNON ET POTIMARRON EN COCOTTE

Le potimarron se caractérise par sa forme de poire et son léger goût de châtaigne. Du mois d'octobre à celui de décembre, le potimarron envahit et colore les étals des primeurs.

Dégustez-le après avoir cuisiné cette recette d'automne !

Ingrédients : *Pour 4 personnes*

- * 2 petits filets mignons
- * 600 g de potimarron
- * 1 oignon
- * 2 c. à soupe d'huile d'olive
- * 1 feuille de laurier
- * 1 c. à café de graines de coriandre
- * Quelques pluches de coriandre fraîche
- * 25 cl de bouillon de volaille
- * Sel – Poivre



Préparation : 20 minutes **Cuisson :** 35 minutes

1. Rincez le morceau de potimarron et coupez-le en cubes (inutile de les peler). Épluchez et émincez l'oignon. Faites chauffer l'huile dans une cocotte et faites dorer les filets mignons.
2. Ajoutez l'oignon émincé et les cubes de potimarron et mélangez sur feu moyen pendant 2 à 3 min.
3. Incorporez les graines de coriandre concassées et le laurier, versez le bouillon, salez légèrement, poivrez et laissez mijoter environ 25 min.
4. Parsemez de coriandre fraîche et servez.

Bon appétit !!