

Filet de porc au jus de pommes

Préparation : 5 m.

Cuisson : 25 m.

2 cuillères à thé d'huile d'olive

1 filet de porc, ou au goût

1 cuillère à thé d'assaisonnement à la grecque

Sel et poivre noir au goût

1 tasse de jus de pomme

1 cuillère à soupe de fécule de maïs
instructions



Mettre l'instant pot sur SAUTÉ. Faire chauffer l'huile d'olive jusqu'à ce qu'elle soit chaude, 3 à 5 minutes. Assaisonner le filet de porc avec l'assaisonnement à la grecque, le sel et le poivre. Ajouter à la casserole et cuire jusqu'à ce que doré soit environ 3 minutes de chaque côté. Transférer dans une assiette. Verser le jus de pomme dans l'instant pot; gratter les morceaux de porc laissés au fond. Placer la grille dans le pot et placer le filet sur la grille.

Fermer et verrouiller le couvercle. Cuire 10 m. sur MANUAL/PRESSURE COOK.

Relâchez la pression en utilisant la méthode de libération naturelle pendant 10 minutes.

Retirer 1/4 de tasse du liquide du instant pot et le mélanger à la fécule de maïs pour obtenir une pâte. Remettre le mélange dans la cuve. Sélectionner la fonction

SAUTÉ et laisser mijoter la sauce jusqu'à épaississement, environ 5 minutes.

Trancher le porc et arroser de sauce.



Traduit de : <https://www.allrecipes.com/recipe/269977/instant-pot-pork-tenderloin/print/?recipeType=Recipe&servings=8&isMetric=false>