

Filet mignon et pommes de terre au pesto d'épinard - Cuisson sur 2 niveaux au Companion

 Cooking By Cath

Je réalise une cuisson sur 2 niveaux en cuisant les pommes de terre à l'eau dans la cuve du Companion et en cuisant simultanément mon filet mignon dans le panier vapeur interne du Companion.

Afin d'optimiser la cuisson, j'ai ajouté quelques choux de Bruxelles dans les espaces vides autour de mon filet mignon. Il faut que les choux de Bruxelles soient petits pour qu'ils cuisent suffisamment durant les 30 minutes de cuisson. Dans le cas contraire, je vous conseille de les couper en 2.

☆☆☆☆☆
Soyez le premier à voter !



MATERIEL

- [ROBOT COMPANION](#)
- [ULTRABLADE](#)
- [PANIER VAPEUR INTERNE](#)

INGREDIENTS

- 1 filet mignon de porc (600g environ)
- 12 pommes de terre (petites 7 à 8 cm maxi – à chair ferme : Charlotte ou ratte du Touquet)
- 150 g épinard frais (jeunes pousses de préférence)
- 60 g parmesan
- 2 œufs (taille moyenne)
- 3 gousses d'ail (3 ou 4 gousses pour avoir 10 g d'ail épluché et dégermé)
- 30 ml [huile olive](#)
- 1 [tsp](#) jus de citron
- 1 branche de persil (ou de basilic selon la saison)
- 50 g [amandes mondées](#)
- Sel & poivre
- Facultatif : 250 g chou de Bruxelles

PREPARATION

Étape 1

1. Faire torréfier les amandes à sec dans une poêle.
2. Eplucher les gousses d'ail et [ôter leur éventuel germe](#).
3. Laver et [équeuter le persil](#) (ou le basilic)
4. Laver et équeuter les épinards en [ôtant la nervure filandreuse de la tige](#) (cf. [photo](#))
5. Pour 150g d'épinards, vous avez environ 1/3 de « déchets » (queues et nervures). Il vous reste donc environ 100g d'épinards pour la recette.
[Réserver queues et nervures des épinards et du persil](#) pour les ajouter dans une soupe.

Étape 2

1. Installer l'Ultrablade dans la cuve du robot.
2. Ajouter les [amandes mondées](#) torréfiées et les gousses d'ail.
3. Fermer le couvercle et lancer le robot à la vitesse 12 pendant 30 secondes.

Étape 3

1. Rassembler la préparation au centre de la cuve.
2. Ajouter les œufs, l'huile, le parmesan, le citron, saler et poivrer.

