



*Filé mignon
temperado
com grãos de coentro,
com abacaxi grelhado
e molho de mostarda*

Carne Suína
Brasileira

Filé mignon temperado com grãos de coentro, com abacaxi grelhado e molho de mostarda

(Rende 4 porções)

*1 colher (sopa) de coentro em grão
6 colheres (sopa) de azeite
1 peça de 800 g de filé mignon suíno
1 abacaxi pequeno e maduro, descascado e
cortado em fatias de 1 cm de espessura
1 colher (sopa) de açúcar
2 colheres (chá) de mostarda em pó
Folhas de hortelã para decorar
Sal a gosto*

Em um pilão, esmague as sementes de coentro com um pouco de sal e esfregue por toda a carne. Esquente uma frigideira ou uma panela de bordas altas com 1 colher (sopa) do azeite e frite a carne em fogo alto, por 15 minutos, virando-a para que fique dourada por fora e rosada por dentro. Retire a carne do fogo e embrulhe-a em papel-alumínio.

Em uma panela, coloque as fatias de abacaxi, polvilhe-as com o açúcar e leve ao fogo alto, por 2 minutos de cada lado ou até ficarem carameladas.

Misture o azeite restante com a mostarda e um pouco de sal, até obter um molho homogêneo. Sirva o filé mignon em fatias com o abacaxi ao lado, com o molho de mostarda. Decore com hortelã e algumas sementes de coentro.

**Carne Suína
Brasileira**