

# Receita de Filé Suíno com Molho de Cogumelos

*Dica de preparo de **filé suíno**, corte que vem conquistando cada vez mais adeptos (no Brasil e aqui na Europa também).*



Com a alta do preço da carne bovina (não só no Brasil, mas no mundo todo), é normal nossos olhos se voltarem para outras fontes de proteína. A carne de porco por algum motivo que desconheço não entra no prato de muitas pessoas, mas eu

acredito que nunca é tarde para rever seus conceitos.

Principalmente se procurar investir em cortes como a chuleta de porco, a costelinha (amo) e o **filé suíno**. Aqui na Bélgica este corte não é tão barato assim, mas sei que em outros países e no Brasil o preço é muito mais acessível que do filé bovino. E se você ainda não se rendeu ao corte, aqui seguem outros motivos para ao menos prová-lo (além do preço, é claro): é de preparo fácil, versátil e sabor suave e delicado.

Dito isto, vamos para a receita?

## **Receita de Filé Suíno com Molho de Cogumelos**

### ***Ingredientes***

- 450 g de **filé suíno**;
- 200 g de cogumelos frescos (ou vidro pequeno de champignon em conserva);
- 1/3 de copo de cognac;
- 1/2 cebola;
- 200 ml de creme de leite;
- 2 colheres de manteiga;
- Sal e pimenta branca;
- Para acompanhar, arroz ou purê de batatas.

### ***Modo de preparo***

Tempere o filé com sal e pimenta. Aquela uma panela ou frigideira e derreta uma colher de manteiga. Coloque o filé para selar em todos os lados, até que esteja dourado. Retire da panela e reserve. Corte a cebola em cubinhos e coloque para refogar na mesma panela, com o restante da manteiga. Limpe e fatie os cogumelos (se for usar champignon em conserva, apenas escorra o líquido da conserva). Quando a cebola estiver começando a dourar, adicione os cogumelos/champignon e refogue por mais 3 minutos.







Adicione então o cognac e cozinhe até que o álcool evapore por completo. Adicione o creme de leite e por fim, o filé. Deixe tudo refogar junto em fogo baixo por alguns minutos. Eu cortei

o filé em medalhões, para garantir que esteja bem cozido. Ajuste sal e pimenta e sirva quente, com arroz branco ou purê.



