### Filete Mignon en Curry

#### Ingredientes

2 lindas redes de cerdo para 6 personas (cuenta 200 g de carne por persona)

Un fondo de aceite de oliva para la olla (4-5 cucharadas)

2 cucharadas de harina

sal

2 cucharadas de curry en polvo

3 zanahorias

1 cebolla

1 caldo de cubo de verduras

1 ladrillo de 500 ml de leche de coco (o crema de soja de lo contrario)

#### Preparación

En una olla o un pan para calentar el aceite a fuego bastante alto y dorar los lindos filetes cortados en pedazos.

Gire los trozos de carne varias veces para cocinarlos por todos los lados (5-6 minutos).

Mientras tanto, pele y corte las zanahorias y la cebolla en anillos.

Sal, pimienta la carne, espolvoree con curry y harina.

Revuelva bien para extenderse sobre la carne.

Agregue 1/2 l de agua al que diluyamos el caldo del cubo (con agua del grifo caliente es más fácil), así como las verduras.

Cubra y cocine a fuego lento durante 50 minutos.

Agregue la leche de coco, revuelva y deje a fuego hasta que la mezcla esté caliente.

#### Preparación

Usos con arroz o sémola.

La misma receta se puede hacer para cualquier pieza de cerdo cortado en cubos, pollo cortado en pedazos, pescado.