

Filets de porc à la Marie Ju

Ingrédients :

2 filets de porc (je l'ai fait avec un gros filet de porc)

3/4 de tasse de sauce chili

1/2 tasse de sirop d'érable

1 tasse d'eau

½ Enveloppe de soupe à l'oignon

Mettre tout les ingrédients dans l'instant pot. Mettre à pression cook/manual 15 min. Qr (libération rapide de la pression) . Retirer les filets, couvrir d'aluminium pour garder au chaud. Mélanger 2 c. à soupe d'eau avec 1 c. à soupe d'épaississant (fécule, veloutine), incorporer dans l'Instant Pot et laisser épaissir en mode sauté.

<https://aporcegal.blogspot.com/2011/04/filet-de-porc-la-marie-jue.html?m=1>