**Zeitschrift:** Aînés : mensuel pour une retraite plus heureuse

**Herausgeber:** Aînés

**Band:** 18 (1988)

**Heft:** 11

**Rubrik:** Bons petits plats pour toi et moi : filet mignon de porc en manteau vert

**Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

**Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

**Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

**Download PDF:** 07.01.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch**

# BONS PETITS PLATS POUR TOI ET MOI

## Filet mignon de porc en manteau vert

**Les feuilles de laitue romaine qui entourent la viande lui permettent de cuire dans son jus et de rester tendre et savoureuse. En hiver, on peut les remplacer par du chou frisé: la préparation n'en sera que plus savoureuse.**

### Ingrédients

1 petit filet mignon de porc de 220 à 250 g
100 g de chair à saucisse de veau
2 cs de persil haché fin
un peu de thym
1 laitue romaine
sel, poivre
2 dl de bouillon
1 cs de beurre de table

Laver soigneusement les feuilles de laitue et les blanchir 3 minutes à l'eau salée. Laisser refroidir.

Mélanger le persil et le thym à la chair à saucisse.

Rectifier éventuellement l'assaisonnement.

Etaler les feuilles de laitue sur une planche, poser dessus le filet mignon de porc salé et poivré.

A l'aide d'un couteau ou d'une spatule, enduire la viande de chair à saucisse.

Emballer le tout dans les feuilles de laitue et ficeler solidement avec du fil de cuisine.

Mettre le filet emballé dans un plat à gratin, arroser de bouillon chaud et parsemer de noisettes de beurre. Faire cuire 25 à 30 minutes au four préchauffé à 200 degrés.

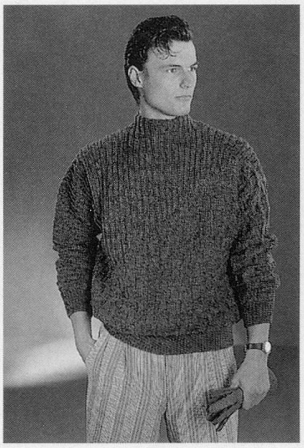
**Servir avec des croquettes ou des pommes dauphine et un légume.**

**ALIMENTATION-TRAITEUR**
**J + J DISERENS, Bd Grancy 56**
**1006 LAUSANNE (021) 26 28 72**

Spécialités méditéranéennes.
Vins suisses et étrangers.
Pâtes fraîches. Pizzas à l'emporter.
Petits menus sur comande.

**LIVRAISONS À DOMICILE**

José et Jacqueline Dizerens informent la fidèle et nouvelle clientèle qu'ils feront tout leur possible pour vous satisfaire et se réjouissent de votre visite.

## Rectificatif

A la suite d'une erreur de transmission, le modèle de pullover pour homme présenté dans notre numéro d'octobre ne correspond pas à la photo qui l'illustre, mais à celle qui se trouve ci-contre.