



Barbecue-Spareribs mit Chili-Speckbaguette

Rezept von Armin Roßmeier

Zutaten (für vier Portionen)

1,2 kg Spareribs, naturbelassen
3 EL Ketchup
2 EL Tomatenmark
Saft von 2 Limetten
2 EL Ahornsirup
2 EL frisch geriebener Ingwer
3 gehackte Knoblauchzehen
2 EL gestoßener bunter Pfeffer

4 Knoblauchzehen mit Haut
2 Rosmarinzweige
2 Thymianzweige

2 Chilischoten in feine Würfel geschnitten
2 EL mediterrane gehackte Kräuter
2 EL Olivenöl
1 Peperoni-Ciabatta oder Baguette
12 magere Bauchspeckscheiben
Salz, Pfeffer

Zubereitung (circa 35 Minuten)

Mithilfe eines Löffels am Knochen entlang die Innenhaut vom Sparerib herunterziehen. Ketchup mit Tomatenmark, Limettensaft, Ahornsirup, frisch geriebenem Ingwer, gehackten Knoblauchzehen und gestoßenem buntem Pfeffer gut verrühren. Spareribs damit auf der Innen- und Außenseite einstreichen und in heißer Pfanne mit etwas Olivenöl beidseitig anbraten. Knoblauchzehen (mit Haut) etwas andrücken und mit Rosmarin- und Thymianzweigen zugeben. Spareribs im vorgeheizten Backofen bei Niedrigtemperatur von 80 Grad Celsius circa 2 1/2 Stunden garen lassen.

Feine Würfel von der Chilischote mit gehackten mediterranen Kräutern und etwas Olivenöl verrühren. Ciabatta oder Baguette längs aufschneiden, mit dem Chiligemisch einstreichen und mit Speckscheiben umwickeln. Im vorgeheizten Backofen bei 120 Grad Celsius langsam kross gehen lassen.

Spareribs und Speckbrot auf einem Holzbrett anrichten und servieren.

Nährwerte pro Portion

739 kcal - 33 g Fett - 49 g Eiweiß - 64 g Kohlenhydrate - 5 BE

Dieses Gericht ist lactosefrei und eifrei.