



Spareribs in feuriger Barbecue Sauce mit Mais-Bohnensalat

Ein Rezept von Armin Roßmeier

Zutaten für vier Portionen:

2 Leiterchen/Spareribs (à 600 g)
4 EL Rapsöl

Sauce:

300 g Ketchup
3 EL Tomatenmark
Saft einer ½ Zitrone
2 cl Ahornsirup
3 EL Balsamicocreme (dunkel)
4 EL Olivenöl
120 ml Fleischbrühe
½ TL fein geriebener Ingwer
½ TL fein gehackter Knoblauch
3 Msp. Kardamom
2 Msp. Kreuzkümmel
½ TL Chiliflocken

Salat:

300 g Maiskörner (Konserven)
300 g rote Bohnen (Konserven)
2 Frühlingszwiebeln in Ringe
300 g Fleischtomaten, gewürfelt

Marinade:

4 EL Olivenöl
20 ml Obstessig
100 ml Apfelsaft
1 EL Bohnenkraut, gerebelt
1 EL gehackte Blattpetersilie
1 EL weißer Balsamicosirup
Salz, Pfeffer

Topping:

2 Zweige Rosmarinnadeln
6 Zweige Thymian, gerebelt



Zubereitung: circa 25 Minuten (ohne Garzeit Spareribs im Backofen)

Spareribs an der Hautseite kurz einschneiden und das dünne Silber-Häutchen komplett abziehen.

Alle Zutaten der Barbecue Sauce gut miteinander verrühren und die Spareribs beidseitig mit einem Pinsel einstreichen. Öl in der Pfanne erhitzen, Spareribs einlegen und sanft anbraten. Wenden und in den vorgeheizten Backofen bei 175 Grad stellen. Ab und zu wenden, dann nach etwa 35 bis 40 Minuten Thymian und Rosmarin darüber verteilen und in weiteren circa 20 Minuten bei 160 Grad fertig garen.

Alle Salatzutaten mischen und alle Zutaten der Marinade gut verrühren, zum Schluss mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Marinade über die Salatmischung geben, vermengen und etwa eine Stunde durchziehen lassen.

Die Spareribs auf Tellern verteilen und den Salat sowie die restliche Barbecue Sauce dazu reichen.