

Beef ribs au barbecue et sauce BBQ



Mon choix.

 Durée totale: 5 h

 Temps actif: 1 h

 Marinage: 2 h

 Moyenne



Ingrédients

Pour 6 personnes

3 kg	de travers de bœuf suisse, env. 4 travers
2	oignons rouges
2	gousses d'ail
1 cc	de poivre
1 cc	de cannelle en poudre
2 cs	de paprika fumé
50 g	de concentré de tomate
1 dl	de vinaigre balsamique
1 dl	de sauce soja
100 g	de ketchup
5 dl	de jus de raisin noir
6	pommes de terre, à chair farineuse, d'env. 250 g chacune
60 g	de beurre
3 branches	brins de romarin
	sel, poivre
1 bouquet	botte de ciboulette
200 g	crème fraîche
	sel, poivre

Valeurs nutritives

1 portion contient env.:

714	kcal
59 g	de protéines
29 g	de glucides
53 g	de lipides

 Sans gluten

 Contient du lactose

Préparation

- 1 Couper la viande en morceaux contenant chacun 2 os, les disposer côté viande vers le bas dans une grande barquette en aluminium ou un plat allant au barbecue. Parer les oignons et l'ail, les hacher grossièrement. Mixer finement tous les ingrédients, jus de raisin compris, dans un verre doseur, puis verser sur les travers. Recouvrir le plat d'une feuille d'aluminium aussi hermétiquement que possible et laisser mariner env. 2 heures à température ambiante.

- 2 Couvrir et cuire la viande sur feu moyen au barbecue (env. 140 °C) pendant env. 3–4 heures, selon son épaisseur. Lorsque la viande se détache de l'os et s'est rétractée, la retirer du plat et la faire griller directement sur le barbecue à feu vif (env. 200 °C) pendant env. 10 minutes. Faire réduire la sauce de la barquette en aluminium sur le barbecue ou dans une casserole jusqu'à ce qu'il n'en reste plus qu'un tiers, puis en badigeonner la viande 2–3 fois.
- 3 Laver les pommes de terre, les sécher, les déposer chacune sur un morceau de papier d'aluminium (env. 20 x 30 cm). Répartir le beurre et ½ brin de romarin sur chaque pomme de terre, assaisonner et envelopper. Cuire à feu moyen avec les travers de bœuf pendant les 50–60 dernières minutes de cuisson.
- 4 Ciseler la ciboulette, la mélanger avec la crème fraîche, assaisonner. Retirer les pommes de terre du feu, ouvrir le papier aluminium, inciser les pommes de terre en croix, les presser légèrement pour les ouvrir. Retirer les os de la viande, couper la viande en morceaux, servir avec la sauce réduite, les pommes de terre en papillote et la crème fraîche.