Spare-ribs à la marinade barbecue

Mon choix.

Durée totale: 1 h 20 min

Temps actif: 30 min

Marinage: 12 h

Moyenne



Ingrédients

Pour 4 personnes

1.6 kg	spare-ribs de porc suisse
2 cs	huile d'olive
4 brins	thym
2	gousses d'ail
2 cs	sucre de canne roux
2 cc	paprika doux en poudre
0.5 cc	piment en poudre
	poivre noir du moulin
50 ml	jus de pomme
2 cs	sauce barbecue
	sel marin

Valeurs nutritives

1 portion (sans pommes de terre grillées ni légumes grillés) contient env.:

412	kcal
23 g	de protéines
8 g	de glucides
32 g	de lipides

Contient du gluten

sans lactose

Préparation

1. Badigeonner les spare-ribs d'huile d'olive et réserver dans un plat. Pour la marinade, effeuiller le thym et hacher grossièrement les feuilles. Peler l'ail et le hacher finement. Mélanger le thym, l'ail, le sucre roux, le paprika en poudre, le piment en poudre, du poivre, le jus de pomme et la sauce barbecue. Répartir uniformément la marinade sur les spare-ribs, couvrir et laisser mariner env. 12 heures au réfrigérateur.

2. Préparer un gril sphérique pour la grillade indirecte. Sortir les spare-ribs du réfrigérateur une heure avant de les faire cuire. Enlever ensuite l'excédent de marinade sur la viande et réserver.

3 Saisir les deux faces des spare-ribs sur le côté braise du gril pendant 3-4 minutes en tout, les tirer vers le côté indirect et les badigeonner d'un peu de marinade. Refermer le gril et faire griller à chaleur moyenne 45-50 minutes en retournant plusieurs fois la viande et en la badigeonnant de marinade. Saler selon son goût et servir.

Accompagner de pommes de terre grillées et de légumes grillés.