



Spareribs im Ofen gebraten

Spareribs gehören gehören zum Standardrepertoire eines jeden ambitionierten BBQ-Akrobaten. Spareribs werden aus den Enden der Schweinsrippe geschnitten, sie sind entsprechend dünn und bestehen aus vielen Rippen, zwischen denen man das Fleisch fast suchen muss. Aber es schmeckt kräftig und würzig und ist auch schön zart.

Spareribs werden im schweizerischen Sprachgebrauch "Schälrippli" genannt. Vor allem im Bündnerland werden sie kräftig geräuchert und dienen als Geschmacksgeber in der Gerstensuppe. Ich habe sie aber weder gegrillt noch geräuchert, sondern im Ofen gebraten: Zuerst unter dem Grill bei 250° angebraten, danach bei 120° während 2 Stunden gegart.

Man verspeist die Spareribs am besten von Hand und nagt das Fleisch von den Rippen ab (Servietten und Zitronenwasser zum reinigen der Finger bereitstellen!).

Angerichtet habe ich die Spareribs mit einem mediterranen Spargelsalat.

Zutaten (1 Portion)

700g Spareribs

Marinade:

1El	Honig (leicht gehäuft)
1El	Dijon-Senf
1El	Paprika süß
1/2Tl	Zimt
4	Spritzer Tabasco
1El	Sojasauce (Kikkoman)
1	Knoblauchzehe (gepresst)
2El	weisser Balsamico
2El	Oliveöl

Zubereitung

Zuerst Honig und Senf vermischen, danach alle anderen Marinadenzutaten zugeben und vermischen.

Spareribs dick mit der Marinade einstreichen und mindestens 12 Stunden im Kühlschrank ziehen lassen.

1 Stunde vor dem Braten aus dem Kühlschrank nehmen. Marinade abpinseln und beiseitestellen. Fleisch mit Haushaltspapier leicht abtupfen, dabei darf jedoch noch einiges an Marinade zurückbleiben, aber zuviel Marinade würde beim Anbraten lediglich verbrennen.

Ofen mit Ober- und Unterhitze auf 250° vorheizen. Gitterrost im oberen Drittel einschieben. Im unteren Drittel ein Backblech als Auffangwanne einschieben.

Unterhitze ausschalten und Spareribs mit der Knochenseite nach oben auf den Rost legen. Nach 10 Minuten umdrehen. Nach weiteren 10 Minuten Ofentemperatur auf 120° zurückdrehen, Unterhitze wieder einschalten, Ofen ca. 3-4 Minuten lüften.

Nach einer Stunde Spareribs aus dem Ofen nehmen, mit dem Rest der Marinade einpinseln und zurück in den Ofen schieben. Bei Bedarf Marinade mit etwas Weisswein strecken.

Ich habe die Spareribs inklusive dem Anbraten 2 Stunden im Ofen gebraten. Das Fleisch war gar und keineswegs trocken. Die Kerntemperatur des Spareribs kann man nicht messen, so hab ich vorab ein kleines herausgeschnitten und vorgekostet.



