

Sous Vide Spareribs



- **Küche:**Amerikanisch
- **Gang:**Abendessen, Mittagessen, Snack
- **Schwierigkeitsgrad:**Leicht

- **Portionen:** 4
- **Vorbereitungszeit:** 10m
- **Zubereitungszeit:** 12m
- **Fertig in** 25m

```
window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '22', 'cook_time' : '12m', 'prep_time' : '10m', 'servings' : '4', 'yield' : '' });
```

Haben Sie schon einmal **Sous Vide Spareribs** zubereitet? Wenn nicht, dann werden sie auf jeden Fall erstaunt sein!

Bei der richtigen Temperatur gegart, löst sich das Fleisch am Ende fast von alleine von den Knochen – so sind doch **die perfekten Rippchen!** Kaum zu glauben, aber wahr: Die perfekten Rippchen sind Sous Vide gegart im Handumdrehen zubereitet. Das Fleisch wird mit der leckeren GekonntGekocht-Marinade eingerieben, in einen Beutel gegeben und eingeschweißt. Bei richtiger Temperatur gart es so vor sich hin und am Ende muss es nur herausgenommen werden und kommt auf den Grill. Hier bekommt es das charakteristische **Raucharoma**, bei dem einem direkt das Wasser im Mund zusammenläuft.

Bei GekonntGekocht haben wir viele weitere tolle Rezepte für die Grillsaison: Grillrezepte mit Fleisch, Fischzubereitungen, Vegetarische Rezepte, Beilagen und viele leckere Dips, Saucen und bunte Salate fürs Grillbuffet.

Zutaten

- 2 kg fleischige Spareribs, gewaschen, trocken getupft
- 1 Tl Rosenpaprika
- 1/2 Tl Chilipulver
- 1 Tl Oregano
- 1/2 Tl schwarzer, gemahlener Pfeffer
- 1 Knoblauchzehe, fein gewürfelt, mit Salz gemahlen
- Etwas Zitronenabrieb
- 5 El Barbecue Sauce
- Ev. etwas Salz

Zubereitungsart

Schritt1

Alle Marinadenzutaten miteinander verrühren und die Spareribs damit einstreichen, nebeneinander in den Vakuum-Beutel geben, einschweißen. Wer kein Sous-Vide Gerät oder im Dampfgarer hat, für ca. 5 Stunden in 80°C - 85°C heißes Wasser geben.

Schritt2

Spareribs herausnehmen, abstreifen und für ca. 8 -12 min. auf den Grill legen, zwischendurch mit der restlichen Marinade einstreichen.

Sous Vide Spareribs: Sous Vide gegart ist halb gewonnenen

Sous Vide (franz. sous=unter; vide=Vakuum) ist momentan in aller Munde. Egal welches Fleisch und auch Fischgerichte und Gemüse garen Sous Vide. Vor allem Fleisch kommt die Garmethode zu gute. Durch das Sous Vide garen bekommt man das Fleisch nämlich direkt **auf den Punkt**. Und nicht nur das: Vor allem, wenn Gäste kommen, zahlt sich das Niedrigtemperaturgaren aus.

Die Temperaturen liegen immer bei **unter 100°C**. Hierdurch wird das Maximum an erreichbarer Zartheit und Saftigkeit erreicht. Die Wassertemperatur gleicht beim Garen der Kerntemperatur des Fleisches. Je nach feste des Fleisches muss man die exakte Temperatur und Dauer beachten. Beim Steak beispielsweise stellt man die Temperatur je nach Garwunsch ein: Rare, MediumRare, Medium oder Well-done. Das alles ist mit dem Sous Vide Garer kein Problem.

Rezeptart: Fleischgerichte, Grillrezepte, Grillrezepte für Fleisch, Schweinefleisch **Tags:** amerikanisch, barbecue, grillen, herzhaft, saftig, unproblematisch

Nährwertangabe

Informationen pro Portion:

- Kalorien (kcal)1300

- KH (g)10
- Fett (g)110
- Eiweiß (g)70
- Ballast (g)0

<https://www.gekonntgekocht.de/rezept/sous-vide-spareribs/>