

Confierte Spareribs

Zutaten für 4 Personen

4	EL	Sonnenblumenöl	
1	TL	Thymian, getrocknet	
1	TL	Rosmarin, frisch	Fein hacken.
1	TL	Oregano, getrocknet	
1	TL	Paprika	
1	TL	Meersalz	
2		Knoblauchzehen	Auspressen. Gewürze mit dem Salz und dem Öl zu einer Marinade vermischen.
600	g	Costine	Die Spareribs mit der Marinade rundum einreiben. Spareribs auf ein mit Alufolie belegtes Blech legen. In der Mitte des auf 70°C vorgeheizten Ofens 8 Stunden garen. Spareribs aus dem Ofen nehmen, abtropfen lassen und die Marinade etwas abstreichen. Spareribs mit 200°C Umluft 8-10 Minuten im Ofen oder auf dem Grill rundum bräunen. Salz Abschmecken.

Servieren

Dazu passt z.B. Polenta.

Variante

Spareribs nach dem Confiieren mit BBQ Marinade bestreichen und anschliessend 8-10 Minuten bräunen.

