

T'Hoofd wenst u smakelijk eten !

Het voorkoken van varkensribbetjes

Als u geen barbecue met kap heeft die de mogelijkheid biedt om de ribbetjes langzaam te garen, is het raadzaam om ze voor te koken.

Vul een grote pan voor de helft met water, voeg kip- of groentebouillonblokjes toe en breng het geheel aan de kook.

Snijd de ribbetjes in 2 delen en als het water kookt, kookt u de ribbetjes gedurende 15 minuten mee.

Neem hierna de pan van het vuur en laat de spareribs afkoelen in het kookvocht.

Als de spareribs op kamertemperatuur zijn, onderdompelen in één van de marinades en een nachtje in de koelkast laten marinieren.

De ribbetjes kunnen de volgende dag gaar gegrild worden op een medium hete barbecue. Indien u de tomaten-/ketjap marinade gebruikt, kunnen de ribbetjes op het rooster ingesmeerd worden met de Amerikaanse barbecuesaus.

Varkensribbetjes met sojasaus

Benodigdheden:

2 kilogram varkensribbetjes

3 liter water

60 gram zout

200 gram bruine suiker

de geraspte schil van 1 sinaasappel

2 deciliter (20 centiliter) ketjap manis

Bereiding:

Snijd de varkensribbetjes in stukken van twee ribjes en kook deze in het water samen met het zout, de bruine suiker, de geraspte sinaasappelschil en de ketjap.

Neem ze na 30 minuten van het vuur. Laat afkoelen in het kookvocht en laat ze daarna uitlekken in een zeef.

Rooster ze op een matig vuur in ongeveer 10 minuten krokant en goudbruin; keer ze regelmatig zodat ze niet aanbranden!

Exotische Varkensribbetjes

Benodigdheden marinade:

240 gram fruitige barbecuesaus (flesje)

het sap van 3 sinaasappels

het sap van 2 citroenen

Bereiding:

Leg de varkensribbetjes in een grote, ondiepe schaal. Giet de saus en het vruchtensap erover. Dek de schaal af en laat 8 uur in de koelkast. Keer de stukken nu en dan eens om.

Haal de ribbetjes 30 minuten voor bereiding uit de koelkast. Haal ze uit de marinade en bewaar de marinade.

Rooster de ribbetjes op een laag vuur in een half uur gaar. Smeer het vlees tijdens het roosteren regelmatig in met de bewaarde marinade en draai regelmatig om. Voeg eventueel nog wat zout toe.

Varkenssaté

Benodigdheden:

500 gram varkensvlees (hespesneden, filet mignon of varkenshaas) in blokjes van zo'n 2 cm

0,5 deciliter (5 centiliter) ketjap

0,5 deciliter (5 centiliter) sojasaus

0,5 deciliter (5 centiliter) citroensap

2 eetlepels bruine suiker

1 fijngehakte ui
1 fijngehakt teentje knoflook
1 theelepel gemberpoeder
1 theelepel korianderpoeder
vers gemalen zwarte peper
satéstokjes

Bereiding:

Vermeng in een schaal of kom de ketjap met de sojasaus, het citroensap, de bruine suiker, de ui en de look met de kruiden.

Meng het vlees door de marinade en dek af met folie. Laat het geheel tenminste 3 uur marinieren in de koelkast.

Steek ongeveer 5 à 6 stukjes vlees aan een stokje. Gril de satés op de barbecue in ongeveer 10 tot 15 minuten gaar. Keer ze regelmatig om.

Kalfsoester met ahornsiroop

Benodigdheden:

4 stukken kalfsoester van elk 100 gram
0,5 deciliter (5 centiliter) ahornsiroop
1 theelepel scherpe mosterd
1,50 deciliter (15 centiliter) sinaasappelsap
20 gram boter
1 theelepel grof zout en 2 theelepels witte peper

Bereiding:

Kook de ahornsiroop met de mosterd, het sinaasappelsap en de boter in tot 2/3. Laat het afkoelen. Breng op smaak met peper en zout.

Grill het vlees op de barbecue 4 tot 6 minuten aan elke kant tot de gewenste gaarheid. Smeer het regelmatig in met de saus.

Weetje: draai het vlees op de barbecue om met een tang of spatel. Gebruik geen vork: door het inprikken gaan veel sappen verloren.

Rundvlees en groente spiesen

Benodigdheden voor 8 spiesen vlees en 8 spiesen groenten:

500 gram rosbief (in stukken 3x3 cm gesneden)
1 ui in 8 parten gesneden
3 eetlepels sojasaus
1 eetlepel sherry
1 eetlepel olijfolie
1 eetlepel chilisaus
1/4 theelepel gemberpoeder
1 groene paprika
1 rode paprika
1 courgette
bakje grote champignons
cherrytomaatjes

Bereiding:

Doe het vlees samen met de sojasaus, de sherry, olijfolie, chilisaus en gemberpoeder in een schaal en laat het geheel onder af en toe roeren 2 uur marinieren in de koelkast.

Snijd de courgette in stukken van 2 tot 3 centimeter; snijd de paprika in ruiten.

Steek op 4 spiesen om en om courgette, rode paprika, champignon, groene paprika en een cherrytomaatje.

Op de andere spiesen steekt u om en om stukken rundvlees en ui.

Leg de spiesen op de barbecue en laat ze in ongeveer 10 tot 15 minuten garen; draai ze regelmatig.

De groentespiesen zijn klaar als de tomaatjes barsten.