



## SPARE RIBS NACH GEISSER ART MIT OFEN-AUBERGINE UND TOMATEN-PESTO

REZEPT FÜR 4 PERSONEN

### ZUBEREITUNG

Für die Marinade Cola und Apfelsaft einkochen, bis die Konsistenz sirupartig und dickflüssig ist. Nun alle anderen Zutaten begeben (je nach Bedarf etwas mehr oder weniger Säure und/oder Süsse).

Schweinerippen mit kaltem Wasser abwaschen und trocken tupfen. Mit dem Rub einreiben und 30 Minuten ziehen lassen. Mit der Marinade rundum einpinseln.

### EINKAUFLISTE

#### ZUTATEN SPARE RIBS

4 SCHWEINERIPPEN À CA. 300 G

### EINKAUFLISTE

#### ZUTATEN MARINADE

3 DL COLA

2 DL APFELSAFT

100 G TOMATEN-KETCHUP

2 KNOBLAUCHZEHEN, GEPRESST

1 ORANGE

1 LIMETTE

2 EL SCHWARZE KIRSCHEN KONFITÜRE

1 EL HONIG

2 EL OLIVENÖL

1 EL ACETO BALSAMICO

1 EL APFELESSIG

1 EL SOJA SAUCE

1 TL TOMATENPÜRÉE

1 TL WORCHESTER SAUCE



## ZUBEREITUNG

Variante 1:

Auf Backpapier im Ofen 3 Stunden bei 120°C garen. Nach jeder Stunde erneut mit der Marinade bepinseln. Spare Ribs rausnehmen und Ofen auf 200°C mit Umluft vorheizen. Rippen ein letztes Mal mit der Marinade bestreichen und weitere 10 Minuten in den heissen Ofen geben und fertig garen.

Variante 2:

Marinierte Rippen in einem Vakuumbbeutel vakuumieren und während 18 Stunden bei 65°C im sous-vide Becken garen. Anschliessend die Spare Ribs aus der Tüte nehmen und auf dem Grill oder in einer Grillpfanne zu Ende garen, um ihnen eine Kruste und Röstaromen zu verleihen.



## OFEN-AUBERGINE

REZEPT FÜR 4 PERSONEN

### ZUBEREITUNG

Die ganze Aubergine 4-5 Mal mit einem Spiess einstechen und ca. 30 Minuten bei ungefähr 200°C in den Ofen geben.

Wenn Sie ganz weich ist (Stichprobe), aus dem Ofen nehmen und bis zum Servieren warm stellen.

Kurz vor dem Servieren halbieren, mit Olivenöl beträufeln, mit Rosmarin bestreuen und mit Salz und fermentiertem Pfeffer abschmecken.



## TOMATENPESTO

REZEPT FÜR 4 PERSONEN

### ZUBEREITUNG

Die getrockneten Tomaten abtropfen lassen und grob hacken.

Die Knoblauchzehen schälen und grob hacken.

Die Pinienkerne in einer Pfanne ohne Öl bei mittlerer Hitze rösten, bis sie goldbraun sind.

Die gerösteten Pinienkerne, die gehackten getrockneten Tomaten, den gehackten Knoblauch, den geriebenen Parmesan und das Olivenöl in einen Mixer oder eine Küchenmaschine geben.

Alles zu einem groben Pesto pürieren.

Basilikum waschen, trocken schütteln, grob hacken und zum Pesto geben. Kurz unterrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.



## EINKAUFLISTE

### ZUTATEN BBQ-RUB

1 EL RAUCHSALZ

1 EL PAPRIKA, MILD

1 TL PAPRIKA, SCHARF

1 TL KORIANDERSAAT

1 TL KNOBLAUCHPULVER

½ TL INGWER, FRISCH, GERAFFELT

ODER KLEIN GESCHNITTEN

½ TL PFEFFER, SCHWARZ, GROB GEMAHLEN

½ TL PFEFFER, ROSA, GROB ZERSTAMPFT

½ TL KREUZKÜMMEL

½ TL CURRYPULVER



## EINKAUFLISTE

### ZUTATEN OFEN-AUBERGINE

4 AUBERGINEN

1 ZWEIG ROSMARIN

OLIVENÖL, KALTGEPRESST

GROBES MEERSALZ

FERMENTIERTER PFEFFER



## EINKAUFLISTE

### ZUTATEN TOMATENPESTO

150 G GETROCKNETE TOMATEN IN ÖL

2 KNOBLAUCHZEHEN

50 G PINIENKERNE

50 G PARMESAN, GERIEBEN

100 ML OLIVENÖL

1 HANDVOLL FRISCHER BASILIKUM

MEERSALZ

PFEFFER AUS DER MÜHLE

POWERED BY:

