



# Spareribs mit BBQ-Marinade



Meine Wahl.

 Gesamtzeit: 1 h 20 min

 Aktivzeit: 30 min

 Marinieren: 12 h

 Mittel



## Zutaten

für 4 Personen

- 1.6 kg** Spareribs vom Schweizer Schwein
- 2 EL** Olivenöl
- 4 Zweige** Thymian
- 2** Knoblauchzehen
- 2 EL** brauner Rohrzucker
- 2 TL** mildes Paprikapulver
- 0.5 TL** Chilipulver
- schwarzer Pfeffer aus der Mühle
- 50 ml** Apfelsaft
- 2 EL** BBQ-Sauce
- Meersalz

## Nährwerte

1 Portion (ohne Grillkartoffeln und Grillgemüse) enthält ca.:

- 412** kcal
- 23 g** Eiweiss
- 8 g** Kohlenhydrate
- 32 g** Fett

 enthält Gluten

 Laktosefrei

## Zubereitung

- 1 Spareribs mit Olivenöl bestreichen und in einer flachen Form beiseitestellen. Für die Marinade Thymian von den Stielen zupfen und grob hacken. Knoblauch schälen und fein hacken. Beides mit braunem Zucker, Paprikapulver, Chillipulver, Pfeffer, Apfelsaft und BBQ-Sauce verrühren. Die Spareribs gleichmässig mit der Marinade bestreichen und ca. 12 Stunden zugedeckt im Kühlschrank marinieren.
- 2 Einen Kugelgrill für indirektes Grillieren vorbereiten. Die Spareribs eine Stunde vor der weiteren Zubereitung aus dem Kühlschrank nehmen. Anschliessend die Marinade vom Fleisch abstreifen und beiseitestellen.



**Meine Wahl.**

- 3 Die Spareribs auf der Glutseite von beiden Seiten während insgesamt 3–4 Minuten knusprig anbraten, auf die indirekte Seite ziehen und mit etwas Marinade bestreichen. Geschlossen bei mittlerer Hitze 45–50 Minuten grillieren, dabei mehrmals wenden und mit der Marinade bestreichen. Nach Belieben mit Salz würzen und servieren.

Erhalte Rezepte, Tipps und spannende Geschichten rund um Schweizer Fleisch auf [schweizerfleisch.ch](http://schweizerfleisch.ch).