Spareribs mit Sesam und Aprikosenkonfitüre im Ofen gebraten

Schweizer Fleisch
Meine Wahl.

Gesamtzeit: 1 h 15 min
Aktivzeit: 15 min
Marinieren: 2 h
Einfach



Zutaten

für 4 Personen

2 kg Spareribs vom Schweizer Schwein
Salz
4 EL Aprikosenkonfitüre
1 TL Paprikapulver, edelsüss
5 TL Zitronensaft
2 EL Sesam

Nährwerte

1 Portion (ohne Knoblauchbrot) enthält ca.:

420 kcal
44 g Eiweiss
9 g Kohlenhydrate
23 g Fett

Glutenfrei
Laktosefrei

Zubereitung

1. Spareribs portionieren. Aprikosenkonfitüre mit Paprikapulver, Zitronensaft und Sesam verrühren. Rippli damit bestreichen, in eine flache Auflaufform geben und mit Folie abgedeckt mind. 1–2 Stunden marinieren lassen.

2. Folie entfernen, leicht salzen, die Form in den auf 160 °C vorgeheizten Backofen geben und die Spareribs darin ca. 60 Minuten garen. Dabei immer wieder mit der Marinade bestreichen.

3. Spareribs aus der Form nehmen und sofort servieren.

   Dazu passt geröstetes Knoblauchbrot.