

**Pour les vrais connaisseurs**

## **Étapes de la cuisson lente**

**La cuisson lente : c'est plus de saveur et de tendreté. Prenez votre temps et laissez reposer la viande juste le temps nécessaire. Vous ne savez pas par où commencer ? Suivez ce plan pratique en 3 étapes pour des spareribs les plus savoureux de tous les temps !**

### **Marinade 4h**

Retirez la membrane de l'arrière des côtes et coupez l'excès de graisse. Il est urgent de maintenant d'assaisonner : créez votre propre mélange. Mariner pendant au moins quatre heures, couvert au frigo, procure une palette de saveurs intenses.



### **Cuisson 3h**

Enveloppez vos spareribs dans du papier aluminium et placez-les sur une plaque de cuisson. Faites cuire les spareribs couverts pendant trois heures à 120 °C dans un barbecue préchauffé avec couvercle. Vous pouvez maintenant aussi chauffer votre sauce jusqu'à ce que le sucre soit dissous et que la sauce obtienne une

structure ferme.



### **Caramélisation 2h**

Après trois heures, badigeonnez les côtes avec votre sauce maison. Placez-les découvertes sur le feu et cuisez encore deux heures à environ 180 °C. Toutes les 30 minutes, badigeonnez une couche supplémentaire de sauce. Est-ce qu'elles tombent presque de l'os ? Alors elles sont prêtes à dévorer !

### **Les côtes les plus savoureuses**



Les plats principaux

[Travers de porc marinés avec salade de c...](#)



Les plats principaux

[Spareribs Sweet et spicy en cuisson lent...](#)



Les plats principaux

### [Spareribs miel & moutarde](#)



Les plats principaux

### [Spareribs char siu](#)



Les plats principaux

### [Spareribs chimichurri](#)



Les plats principaux

### [Cotes marines au cola](#)

## **Conseils du chef :**

1. Faites cuire votre morceau de viande entre 70 et 95 °C sur le barbecue. Utilisez un thermomètre pour le meilleur résultat.
2. Pour un morceau de boeuf ou d'agneau en cuisson lente, rôtissez-le d'abord brièvement dans une poêle pour obtenir une délicieuse croûte.
3. Utilisez de la viande de qualité ! Vous la trouvez dans les offres frais de SPAR.