

 Bereiden in: BBQ

 Voorbereiding: 0 min.

 Bereiding: 0 min.

Recept voor 4 personen

Ingrediënten

- 1 kilo buikspek met zwaard
- 1 pak zeezout
- Voor de marinade (deze kan je uiteraard naar smaak zelf aanpassen):
- 2 eetlepels 5 spices
- 2 eetlepels donkere basterdsuiker
- 3 eetlepels soja saus
- 2 eetlepels water
- 2 tl chili flakes
- 0,5 eetlepel appelstroop
- 2 gram zout (eventueel colorozo zout)

Voedingswaarde

•

Bereiding

De dag van te voren: Het vlees marineren

Pak een ovenschaal of ander bakje waar je stuk buikspek goed in past en leg het vlees hier in met het zwaard naar boven. Dep het vlees goed af zodat het droog is. Roer alle ingrediënten van de marinade door elkaar en doe de marinade in het bakje erbij, let goed op dat de marinade niet het zwaard raakt!

Leg het buikspek zonder afdekking in de koelkast, dit zorgt er namelijk voor dat de koelkast nog meer vocht uit de zwaard haalt.

De dag van het bakken

Nu het buikspek aan de zwoerdrand in snijden. Neem hiervoor bijv. een broodmes. In blokpatroon van ongeveer 1 cm diep.

Hierna de in gesneden kant insmeren met zeezout. Laat dit nu nog een aantal uur intrekken zodat er nog meer vocht uit het zwaard wordt getrokken.

Het bakken

Twee of drie uur voordat je wil gaan eten steek je de barbecue aan op de gewenste temperatuur. Bereid de barbecue voor op indirecte hitte. Voor de garing kan je verschillende tijden en temperaturen gebruiken, als richtlijn:

45 minuten op 200 graden, of:

90 minuten op 150 graden

Leg nu het buikspek in het bakje met de marinade en zoutkorst op de barbecue en laat hem rustig garen.

Haal hierna het buikspek van de barbecue, veeg de zoutkorst eraf en stook de barbecue op naar 240 graden. Als de barbecue op temperatuur is leg je het buikspek er nog een half uur zonder bakje op, zodat het buikspek krokant afgebakken gaat worden (nog steeds indirect, met het zwaard aan de bovenkant). Laat na afloop het vlees nog tien minuten rusten.

Voor meer recepten ga naar:

www.sameneenkoekopen.nl/recepten