




-  Bereiden in: oven
-  Voorbereiding: 20 min.
-  Bereiding: 150 min.

Recept voor 4 personen

Ingrediënten

- Mooi stuk buikspek zonder zwaard
- voor de Marinade
- 3 tl verse gember geraspt
- 4 el ketjap
- 3 el grove mosterd
- 2 el bruine suiker
- 1 tl sinaasappel rasp
- 1 tl Cayenne peper
- Sap van ½ sinaasappel
- 2 el gerookte paprikapoeder
- 2 tl gemalen koriander
- 1 tl witte wijnazijn
- 2 teentjes knoflook geperst
- 2 tl honing
- 2 el olijfolie
- peper en zout naar smaak

Voedingswaarde

-

Bereiding

Begin 24 uur van te voren met het maken van de marinade. Smeer de dikke pasta over het kruislings ingesneden (1 cm diep) deel van het vlees. Neem hiervoor de platte kant van het stuk buikspek., kunnen de smaken lekker in het vlees trekken voor een nog lekkerder resultaat.

Dag van bereiding:

- 1 Het gemarineerde vlees op temperatuur laten komen.
- 2 Oven op 180 graden voor verwarmen.
- 3 Plaats het buikspek op het rooster in het midden van de oven. Zet onder het rooster een lebak, zodat de marinade/vet welke van het buikspek afkomt wordt opgevangen. Door het buikspek op het rooster te plaatsen, krijgt het vlees zowel onder als boven warmte. Het buikspek zal rondom krokant worden.
- 4 Laat het buikspek ongeveer 60 minuten op 180 graden garen in de oven. De kerntemperatuur van het buikspek moet 78-85 graden worden.
- 5 Is deze temperatuur bereikt dan mag de oven iets warmer gezet worden, naar 220 graden, laat het buikspek nog 15 minuten krokant worden. Let op: een groter stuk buikspek, zal langer in de oven moeten.
- 6 Als het buikspek de kerntemperatuur van 78-85 graden heeft bereikt, moet het buikspek nog 10/15 minuten rusten op het aanrecht.

Eet smakelijk

Kooktips

Het buikspek kan 4-5 dagen in de koeling bewaard worden, het is heerlijk op brood.

Serveren

Het buikspek is zowel warm bij een stampot als koud op een boterham erg lekker.

Voor meer recepten ga naar:

www.sameneenkoekopen.nl/recepten