



Rebrá s BBQ marinádou

Ingrediencie

- 1 kg bravčové rebrá
- 1 lyžica MAGGI Tekuté korenie
- 1 menšie cibuľa
- 2 strúčiky cesnak
- 1 lyžica nastrúhaný zázvor
- 1 lyžica paradajkový pretlak
- 1 lyžička sladká údená paprika
- 1 lyžička rímska rasca
- 1.5 lyžice hnedý cukor
- 100 ml voda
- 1 lyžica olej
- 1 štipka soľ
- 1 štipka čierne korenie

Postup

1. Najprv si pripravte BBQ omáčku. V hrnci na troške oleja krátko opečieme najemno nakrájanú cibuľu. Keď sklovita, pridajte na plátky nakrájaný cesnak a zázvor a spoločne restujte asi minútu. Potom do hrnca pridajte sladkú údenou papriku, rímska rasca, paradajkový pretlak, MAGGI Tekuté korenie a krátko všetko spoločne orestujte. Potom zalejte vodou a pridajte hnedý cukor. Všetko varte do zhustnutia. Dochuťte soľou a korením.
2. Bravčová rebrá polejte 2/3 omáčky. Rebrá dajte grilovať na rozpálenú mriežku grilu a nechajte ich prikryté zhruba 30 minút. Potom odkryte a dopékejte ešte asi 15 minút, aby chytila farbu.
3. Počas grilovania mäso priebežne potierajte omáčkou.
4. Hotová rebrá podávajte s chlebom, zvyšnú BBQ omáčkou a napríklad Coleslaw.

60

3

sacharidy	9.43 g
energie	711.71 kcal
tuky	44.35 g
proteín	65.55 g