

Langzaam gegaard buikspek

1



140°C

150m

2



220°C

20m



Ingrediënten:

- » 1 stuk varkensbuik van circa 1 kilo, zonder zwoerd
- » 4 tenen knoflook, geplet
- » 2 laurierblaadjes
- » ½ tl jeneverbessen
- » ½ tl korianderzaad
- » reepjes sinaasappelschil (zonder het wit) van 1 sinaasappel
- » grof zeezout

Begin een dag van te voren:

Snijd de speklaag diagonaal in, keer het vlees een halve slag en snijd het nogmaals diagonaal in zodat je een ruitpatroon krijgt. Wrijf het vlees, ook de inkepingen, aan alle kanten ruim in met zeezout. Leg het vlees onafgedekt een nacht in de koelkast, zodat het vocht eruit trekt.

De volgende dag:

1: Verwarm de BBQ voor op 140°C. Doe laurier, knoflook, jeneverbessen, korianderzaad en sinaasappelschil in een braadslee en leg het vlees (speklaag naar boven) erop. Giet koud water bij het buikspek tot een laagje van 1 cm hoogte. Braad de varkensbuik onafgedekt circa 3 uur. Een kwartiertje tot een half uurtje langer, kan geen kwaad, mocht het toevallig zo lopen.

2: Verhoog de temperatuur van de BBQ naar 220 °C en braad de varkensbuik nog 20 tot 30 minuten tot het vel knapperig is.

Haal het vlees uit de BBQ, wikkel het in aluminiumfolie en laat het 15 minuten rusten voor je het in plakken snijdt.

