



Krossgebackene Spareribs vom walisischen Lamm (g.g.A.) auf chinesische Art

Zutaten

- 900 g Brust vom Walisischen Lamm
- 300 ml Lammbürhe
- Salz & Pfeffer
- 15 g (1 EL) chinesisches 5-Gewürze-Pulver
- 2 Sternanis
- 15 ml (1 EL) Honig

Zubereitung

1. Ofen auf 180 °C vorheizen.
2. Walisische Lammbürste auf Schneidebrett ausbreiten und Fettdeckel mit scharfem Messer einschneiden.
3. Niedrige Backform oder Backblech mit Aluminiumfolie auslegen. Lammbürhe, Salz, Pfeffer und Gewürze einfüllen und vermischen. Folie hochziehen und damit um Bruststücke herum Becken mit Bürhe erstellen, in dem Lammbürste liegen. Herausstehende Teile der Lammbürste mit Öl bepinseln und leicht salzen. Alles mit Aluminiumfolie oder Bräterdeckel zudecken und ca. 2 Stunden braten.
4. Danach Bräterdeckel oder Folie abnehmen, Fleisch mit Honig beträufeln oder einpinseln und unter vorgeheizten Grill legen. Ca. 5 Minuten lang backen, bis Lammbürste kross und knusprig ist.
5. Als Spareribs mit gewoktem Gemüse servieren.



Zubereitungszeit:
ca. 2 Stunden

Portionen: 6

Küche: chinesisches,
asiatisch

Zuschnitt: Brust