

Procureur van de BBQ

 Bereiden in: bbq / oven

 Voorbereiding: 30 min.

 Bereiding: 240 min.

Recept voor 4 personen

Ingredienten

- - 1,5 kg procureur
- **VOOR DE RUB**
- - 45 g bruine suiker
- - 45 g zout
- - 3 teentjes knoflook, geperst
- - 30 g paprikapoeder
- - 3 el grof gemalen zwarte peper
- **VOOR DE SAUS**
- - 2 el azijn
- - 4 el hoisinsaus
- - ½ tl cayennepeper
- - 1 tl 5 Spices (kruidenmengsel)
- - 3 el rijstazijn
- - 3 el honing
- - 1 el bruine basterdsuiker
- - 1,5 dl water
- - Zout

Voedingswaarde

- 690 KCAL (2900 KJ)
- Eiwit: 58 G.
- Vet: 37 G (waarvan 23 gr onverzadigd).
- Koolhydraten: 31 G.

image not found

<https://www.sameneenkoekopen.nl/imagesNew/logo-samen-een-koe-kopen.png>

Schansweg 6 - 7481 TK Haaksbergen
+31 (0)53 436 71 12
info@sameneenkoekopen.nl
www.sameneenkoekopen.nl



Procureur van de BBQ

Bereiding

- 1 Eerste maken we de RUB: meng hiervoor de ingrediënten door elkaar. Daarna de procureur inwrijven. Verpakken in een zippo zak en een nacht laten intrekken. Let op er komt vocht vrij.
- 2 De volgende dag eerst het vlees op kamertemperatuur laten komen.
- 3 Bereid het vlees op de BBQ met een directe en indirecte zone voor op 150 graden.
- 4 Grill het vlees eerst op de directe zone (regelmatig omdraaien).
- 5 Daarna leg je het vlees in een aluminium bak.
- 6 Meng de ingrediënten voor de saus.
- 7 Plaats het vlees in de indirecte zone van de BBQ en laat het langzaam in de saus garen tot een kerntemperatuur van 75 tot 80 graden. Daarna onder het garen de saus regelmatig over het vlees scheppen.
- 8 Vlees van het vuur halen en in plakken serveren.
- 9 Schenk de saus in een bakje en serveer deze er los bij.

image not found

<https://www.sameneenkoekopen.nl/imagesNew/logo-samen-een-koe-kopen.png>

Voor meer recepten ga naar:

www.sameneenkoekopen.nl/recepten