

Aziatische varkensbuik

en gegrilde Iberico rack



Varkensbuik

Varkensbuik, ook wel buikspek genoemd, is een van de smakelijkste stukken varkensvlees die er zijn en kan op diverse manieren bereid worden. Vooral langzaam gegaard in de oven is bijzonder smakelijk: het vlees wordt steeds malser en de korst heerlijk knapperig.



Wijnadvies:

Shiraz

STELLENRUST
Stellenbosch, Zuid-Afrika
08.844.46

Smaak/geur:

vegetale tonen,
licht peperig van smaak

Hoofdgerecht

Hocras

Aziatische varkensbuik en gegrilde Ibericorack met Oosterse wokgroente en koriander/appelyoghurt

- 295 gr varkensbuik
- 695 gr Iberico varkenrack, 3- ribs
- 150 gr peulen
- 75 gr taugé
- 30 gr uien
- 60 gr Golden Delicious
- 7 gr verse knoflookteentjes
- 5 gr rozemarijn
- 5 gr tijm
- 20 gr koriander
- 240 ml naturel yoghurt
- 15 ml ketjap
- 15 ml honing
- 6 gr Oriëntaalse rub
- 2 gr vadouvan kruiden
- 4 gr zeezout flakes
- 2 gr zout

Benodigheden

voor 4 personen

14432 - F.11-2015 | Gebaseerd op peilidatum 20-5-2015. Onder voorbehoud van wijzigingen/fouten.

Mise en place & handelingen

Benodigheden:

hete luchtoven (ca. 9 uur bereidingstijd)

Mise en place:

Wrijf de varkensbuik in met de Oriëntaalse rub en vacumeer dit.

Kruid de Iberico racks met 5 gram knoflook, de zeezout flakes, rozemarijn en tijm en vacumeer deze ook.

Gaar beide ca. 9 uur in de oven op een temperatuur van 72 °C. Bak vervolgens de varkensbuik op de vetkant goudbruin.

Fruit voor de wokgroente eerst de uien en de resterende knoflook, voeg de peulen toe en wok dit. Voeg als laatste de taugé en ketjap toe.

Schil voor de saus de appel en snij deze in julienne. Meng dit met de yoghurt, vadouvan, honing en zout naar smaak.

Bordopmaak:

Doe de wokgroente in een schaaletje en plaats op het bord. Snij de varkensbuik in plakken en dresseer naast het schaaletje groente. Leg de gegrilde Iberico rack hier schuin naast.

Serveer de koriander/appelyoghurt in een kommetje ernaast.



Hocras B.V. • Franse Kampweg 38 • Bussum
T 035-6979777 F 035-6979706 E hocras@hocras.nl

Kijk voor meer recepten op: www.hocras.nl