

Speenvarken rack op de barbecue met Libanese tabouleh, groene asperges en een frisse mosterd yoghurtsaus

4 personen


1 uur minuten


Heb jij ons barbecue speenvarken rack al eens geproefd? Deze is 10 uur gepekeld in een pekeld met Provençaalse kruiden en zoete, rokerige aroma's. Door dit pekelen krijg je een ontzettend mals vlees met een volle smaak. In dit recept combineren we ons varkentje met frisse Libanese smaken én tegelijkertijd met een dikke knipoog naar onze eigen Belgische keuken.



INGREDIËNTEN VOOR 4 PERSONEN:

- 1 kg barbecue speenvarken rack
- een 120 gram verse bladpeterselie
- een 40 gram krulpeterselie
- 1 hand verse selderij blad
- 10 blaadjes verse munt
- 1 stengel lente-ui
- 1 rode ui
- ¼ komkommer
- een 250 gram groene aspergepunten
- een 400 gram cocktail tomaatjes
- 100 gram bulgur
- 1 koffielepel za'atar
- 4 eetlepels extra vierge olijfolie
- 2 citroenen
- 8 kleine flatbreads, of 4 grotere
- 60 gram Griekse yoghurt
- 1 eetlepel Dijon mosterd
- natrium bicarbonaat
- peper en zout

 [keurslagerdemeulder](#)

 [Keurslager De Meulder](#)

BEREIDING:

Voor dit recept gebruik je best een barbecue met deksel, zo kunnen we het vlees garen volgens de 'reverse sear' methode. Heb je enkel een open barbecue dan kan je ook je oven hiervoor gebruiken.

1. Bereid je barbecue voor om indirect te garen. Dit wil zeggen dat je bijvoorbeeld een hete zone met kolen maakt en een lege, indirecte zone. Heb je een kamado dan kan je ook een hitteschild gebruiken. We mikken op een gesloten barbecue temperatuur van 100° à 120°.
2. Steek een kernthermometer in het dikste stuk van het vlees en plaats het vlees in de barbecue. We mikken op een kerntemperatuur van 60 graden, afhankelijk van de dikte van je vlees en van je barbecue kan dit zeker een uurtje duren!
3. Kook de bulgur zoals aangegeven op de verpakking. Giet af en laat afkoelen.
4. Breng een pot met water met een snuif bicarbonaat aan de kook. Wanneer het water kookt zet je het vuur af en doe je de aspergepunten erin. Laat ze 5 minuten in het hete water, giet ze af en spoel ze onder koud water. Zet opzij.
5. Zet een grote kom klaar
6. Was onder koud stromend water de bladpeterselie, krulpeterselie, munt en het selderijblad. Laat goed uitlekken of dep droog met wat keukenpapier.
7. Snij de bladpeterselie, krulpeterselie, munt en het selderijblad fijn en doe in de kom.
8. Snij de komkommer, de rode ui en 2 tomaatjes in blokjes en doe die mee in de kom.
9. Snij de lente-ui in fijne ringetjes en doe ook in de kom. Zet de kom in de koelkast.
10. Neem een klein kommetje en meng hierin 4 eetlepels olijfolie, het sap van 2 citroenen en 1 koffielepel za'atar. Zet opzij in de koelkast.
11. Snij de overige tomaten in partjes en zet ze in de koelkast.
12. Meng de yoghurt met de mosterd en zet in de koelkast.
13. Wanneer het vlees een kerntemperatuur van 60 graden heeft haal je het van de barbecue.
14. Nu hebben we directe barbecue hitte nodig, boven de hete kolen dus.
15. Grill de aspergepunten kort aan, ze mogen nog beet hebben!
16. Geef nu ook het speenvarken een mooi korstje boven de hete kolen. Denk eraan, het vlees is al gaar, we willen nu enkel dat mooie barbecue korstje.
17. Ook het platbrood kan je even kort grillen.
18. Meng de bulgur samen met het citroensap mengsel in de mengkom met al het groen. Proef en kruid indien nodig met peper en zout.
19. Snij het vlees in mooie koteletjes (de stukken met been) en/of mignonettes (de stukken zonder been).
20. Serveer het vlees op een bedje van Libanese tabouleh met wat gegrilde aspergepunten en tomaatjes. De flatbreads kan iedereen aan tafel vullen met wat tabouleh en mosterd yoghurtsaus.

Smakelijk!