

CÔTES DE BŒUF DE PREMIER CHOIX SUCRÉES ET SALÉES

Oubliez le braisage lent et faites plutôt cuire vos bouts de côtes au barbecue. Les saveurs d'ail, oignon et paprika du mélange à frictionner pour bœuf de qualité sont un complément savoureux au glaçage de soja, gingembre et mélasse. Résultat : des côtes levées que vous redemanderez encore et encore, le tout en moins de 20 minutes.

TEMPS DE PRÉPARATION: 15 minutes

TEMPS DE CUISSON: 15 minutes

PORTIONS: 4

INGRÉDIENTS:

¼ tasse (50 ml) de coulis de tomates

2 c. à table (30 ml) de cassonade

1 c. à table (15 ml) de mélasse de fantaisie

1 c. à table (15 ml) de vinaigre de cidre de pomme

2 c. à table de sauce soja faible en sodium

2 c. à thé de gingembre fraîchement râpé

5 c. à table (75 ml) de mélange à frictionner pour bœuf de qualité Vermont Castings, divisé

4 bouts de côtes de bœuf désossés, parés (demandez à votre boucher des bouts de côtes à l'anglaise désossés)

INSTRUCTIONS:

1. Préchauffer le gril à feu moyen élevé. Nettoyer les grilles puis les badigeonner d'huile.
2. Dans un bol moyen, mélanger le coulis de tomates, la cassonade, la mélasse, le vinaigre, la sauce soja, le gingembre et 1 c. à thé (5 ml) de mélange à frictionner pour bœuf de qualité Vermont Castings. Transférer la sauce dans un ensemble à badigeonner Vermont Castings.
3. Frotter les bouts de côtes avec le reste du mélange à frictionner pour bœuf de qualité Vermont Castings sur tous les côtés.
4. Disposer les bouts de côtes sur les grilles et faire griller, avec le couvercle fermé, en les retournant toutes les 2 minutes, pendant 6 minutes.
5. Badigeonner tous les côtés avec le mélange de mélasse et continuer à griller pendant 6 minutes supplémentaires, en retournant et en arrosant toutes les 2 minutes, jusqu'à ce que le bœuf atteigne une température interne de 125° F-130° F (52° C -54° C), pour une cuisson mi-saignante.
6. Laisser reposer les bouts de côtes 5 minutes, puis trancher finement contre le grain et servir.



VERMONT  CASTINGS