

# Côtes levées de boeuf

- La meilleure recette de côtes levées de boeuf au monde!



PRÉPARATION  
10 MIN

CUISSON  
3H40

TEMPS TOTAL  
3H50

PORTIONS  
4

## Ingrédients :

- 3 lb (1360 grammes) de côtes de bœuf
- Fumée liquide (optionnel)
- 2 à 4 cuillères à soupe d'huile d'olive
- 1 cuillère à soupe de poudre d'ail
- 1 cuillère à soupe de poudre d'oignon
- 1 cuillère à soupe d'**épices cajun**
- 2 cuillères à soupe de cassonade
- 1 cuillère à thé de poudre de chili
- 1 cuillère à thé de sel
- 1 cuillère à thé de paprika
- 2 cuillères à thé d'origan
- **Sauce BBQ**

## Préparation :

1. Bien rincer les côtes et égouttez complètement avec des essuie-tout.
2. (optionnel) Badigeonner de fumée liquide.
3. Badigeonner les côtes d'huile d'olive.
4. Mélanger les épices ensemble et bien frotter les côtes levées avec le rub. Ajouter de l'huile d'olive au besoin.
5. Mettre les côtes dans un sac ziplock et réfrigérer pendant 1 heure ou 2.
6. Préchauffer le four à 250 °F (121 °C).
7. Tapissez une plaque à cuisson d'une feuille de papier d'aluminium.
8. Étendre les côtes.
9. Recouvrir d'une autre feuille de papier d'aluminium.
10. Faire cuire sur la grille du milieu pendant 3 heures et demie/4 heures.
11. Égouttez le gras.

12. Badigeonner les côtes de la sauce BBQ.

13. Faire caraméliser la sauce à BROIL.

14. Servir!

“

*Vous aimez les côtes levées? Je vais être franc avec vous, je pense que les côtes levées de bœuf c'est encore meilleur... Voici LA recette parfaite, cuite lentement et absolument délicieuse!*

Merci d'imprimer ma recette! Passez le message que vous l'avez prise sur [ChefCuisto.com](http://ChefCuisto.com) :)

