

KATHA'S PULLED PORK

Katha's Pulled Pork

Pulled Pork ist einfach ein absolut geniales, zartes, vielseitiges und extrem leckeres Fleisch. Nichts was man mal schnell und kurzfristig zaubert – es wird mariniert, lange geschmort und dann liebevoll zerpfückt werden – aber wenn man es fertig hat, dann weiß man: das Warten hat sich gelohnt!

Nach der Twitter Aktion unter dem #synchronpulledpork gab es bei uns diese saftigen Sandwichs mit Sauerkraut, 4 weitere Portionen Pulled Pork sind eingefroren und warten jetzt auf ihren Einsatz...



Zutaten für 10-12 Personen:

3,6kg Schweinenacken mit Knochen

Für die Marinade:

50ml Sonnenblumenöl

4 EL scharfer Senf

1 gehäufter EL scharfes (geräuchertes) Paprikapulver

1 gehäufter EL Paprika, edelsüß

1 EL Kümmelsamen

1 EL Fenchelsamen

1/2 EL Cumin

Zum Schmoren:

1 L Apfelsaft, naturtrüb

2 Zwiebeln

Als Beilage für 4 Personen:

Hot Dog Brötchen

300g rohes Sauerkraut

2 milde Chilis

2 Pimentkörner

Für die Sauce:

6 EL Mayonaise

3 TL süßer Senf

4-6 cl Bratensud

Zubereitung:

Am Vortag tupfe ich das Fleisch trocken. Kümmel und Fenchel werden im Mörser zerstoßen. Senf, Öl und alle Gewürze für die Marinade in einer Schüssel vermengen bis eine rote Paste entstanden ist.



Das Fleisch rundum damit einreiben und abgedeckt für 18-24 Stunden in den Kühlschrank stellen.



Bei 3,6kg muss das Fleisch gut 6 Stunden schmoren. Man kann die Temperatur mit einem Thermometer überwachen, das habe ich bei der Pulled Goat gemacht, es geht aber auch ohne.

Also lege ich das Fleisch in einen Bräter, gebe zwei geviertelte Zwiebeln dazu und gieße das Ganze mit Apfelsaft auf. Den Deckel aufsetzen und den Bräter bei 120°C im Ofen verschwinden lassen. Nach 4 Stunden übergieße ich das Fleisch einmal mit Sauce, das wäre aber nicht unbedingt nötig gewesen.



Nach 6 Stunden teste ich mit der Gabel ob das Fleisch schon zart ist – ist es, es lässt sich ohne Widerstand zerpfücken.



Den Ofen ausschalten und das Fleisch 3 Stunden im geschlossenen Bräter, im Ofen abkühlen lassen.

Parallel backe ich die Buns. In der letzten Stunde lasse ich das Sauerkraut mit einer milden, in Ringe geschnittenen Chili, zwei zerstoßenen Pimentkörnern, etwas Pfeffer und einer großen Tasse Wasser in einem kleinen Topf leise köcheln.

Dann hebe ich den Braten vorsichtig aus dem Bräter, wobei sich schon zwei Knochen sauber aus dem Schwein lösen. Das Fleisch vollständig zerpfücken – jetzt ist es Pulled Pork!



Die Buns aufschneiden und kurz im Ofen erwärmen. Aus Mayo, Senf und etwas Bratensud die Sauce anrühren. Ganz simpel und genau das Richtige!



Deckel und Boden der Buns mit der Sauce bestreichen und auf dem Boden eine gute Portion Sauerkraut platzieren.



Jetzt so viel Fleisch wie möglich auf dem Sauerkraut auftürmen...



... und den Deckel zuklappen. Sofort servieren.

Lasst es euch schmecken!



Danke an Sascha von [Lecker muss es sein](#) für den Anstoß zu dieser tollen synchron Aktion. Mit dabei waren Selbstgemachte Eis und [Tellerabgeleckt](#). Da gab es neben dem klassischen Pulled Pork auch noch Varianten vom Wildschwein oder aus dem Slow Cooker.

Und wer jetzt so richtig in Stimmung ist und alles über das Thema Pulled Pork wissen möchte – Sandra hat da eine [ganz tolle Zusammenfassung](#) geschrieben!