

Pulled Pork (Zupf-Schweine-Braten) aus dem Ofen

Für 4 Personen

Für das Fleisch:

1 kg Schweinenacken 2 EL Sonnenblumenöl 200 ml Barbecuesoße
100 ml Malzbier

Für die Gewürzmischung:

6 EL Salz 4 EL Paprikapulver, edelsüß 2 EL Knoblauchpulver
2 EL Oregano 2 EL Pfeffer, weiß 2 EL Cayennepfeffer
2 EL Thymian 2 EL Zwiebelpulver 2 EL Pfeffer, schwarz
1 TL Kreuzkümmel, gemahlen 2 EL Zucker, braun

Für die Gemüse-Mischung:

Alle Gewürze in einem Glas mit Deckel mischen; die Menge reicht für einen Vorrat.

Für das Fleisch:

Fleisch trocken tupfen, mit Öl einstreichen und mit 2 EL Gewürzmix gründlich einreiben. In einen Bräter setzen und mindestens 3 Stunden zugedeckt im Kühlschrank ziehen lassen.

Den Backofen auf 120 Grad vorheizen. Fleisch darin offen ca. 6 Stunden garen.

Fleisch aus dem Ofen nehmen, etwas abkühlen lassen. Mit zwei Gabeln zerpfücken.

Barbecuesoße und Malzbier verrühren. Nach und nach unters Fleisch mischen. Die Fleischfasern sollen mit der Soße überzogen sein, aber nicht in der Soße schwimmen. Pulled Pork anrichten, z. B. mit Kartoffelpüree.

Tipps:

Pulled Pork darf eingefroren werden; man sollte es abkühlen und portionieren. Bei Bedarf wird es aufgetaut und in einer heißen Pfanne mit ca. 1 EL Öl unter Wenden angebraten.

Auch auf andere Fleischarten sind verwendbar, z. B. Rindfleisch.

NN am 04. April 2017