



# Pulled Pork

## Zutaten

- 1-2 kg Schweinenacken oder Schweineschulter mit Knochen (wenn Sie es noch saftiger wollen)
- 3 EL Salz
- 2 EL brauner Zucker
- 2 EL Kümmel
- 2 EL Rosmarin
- 1 EL Senfkörner
- 1 EL Paprika
- 1 EL Knoblauchpulver
- 1 EL Zwiebelpulver
- 1 EL Curry
- 1 EL Cayenne- Pfeffer
- ½ Tube Hengstenberg Delikatess-Senf mittelscharf
- 1 Beutel BBQ Kraut by Mildessa
- 1 Flasche Hengstenberg Milder Apfel Balsamessig
- Gemüsebrühe (Verhältnis 1:1 zum Apfelessig)
- Baguette

## Empfohlene Produkte:



## Schritt 1: Der Anfang

Für die Gewürzkruste des Fleisches– im Grilljargon heißt es „Trocken-Rub“ – rösten Sie alle Gewürze in einer beschichteten Pfanne 2 Minuten leicht an. Falls notwendig, zermörsern Sie die Masse anschließend nochmal.

## Schritt 2: Das Fleisch vorbereiten

Waschen Sie das Fleisch, tupfen es trocken und schneiden Sie weißes Fett und die Silberhaut grob ab. Dann reiben Sie das Fleisch großzügig mit Senf und anschließend mit dem Rub ein. Wickeln Sie das marinierte Fleisch in Frischhaltefolie und legen es 12 Stunden in den Kühlschrank.



### **Schritt 3: Das Fleisch garen**

Heizen Sie den Ofen auf 110 °C vor – falls möglich, kombinieren Sie Ober- und Unterhitze mit Umluft, ansonsten nutzen Sie nur Umlufthitze. Geben Sie die Brühe und den Apfel Balsamessig in einen Bräter oder eine feuerfeste Schale. Der Apfel Balsamessig verdampft während des Garens nach und nach und gibt dem Fleisch später ein besonderes Aroma. Wichtig: Stechen Sie ein Thermometer mittig in das Fleisch, bevor Sie es in den Bräter legen, denn oft sind die Temperaturanzeigen am Ofen ungenau. Wenn das Fleisch für die Gäste am Abend fertig sein soll, müssen Sie früh aufstehen: Bei 2 kg Fleisch beträgt die Garzeit circa 11 Stunden.

### **Schritt 4: Das Fleisch pullen**

Bei 92 °C Kerntemperatur ist Ihr Fleisch fertig. Lassen Sie es nun noch etwa eine halbe Stunde in Alufolie ruhen – oder auch länger, wenn Ihre Gäste sich verspäten. Dann können Sie es sogar noch gut in Folie und Handtüchern eingepackt ins Bett legen und dort ruhen lassen. Wenn Sie Lust haben, pullen Sie das Fleisch später vor den Augen Ihrer Gäste – sie werden beeindruckt sein.

### **Schritt 5: Der letzte Schliff**

Geben Sie vor dem Servieren das BBQ Kraut in eine Pfanne oder einen Topf und erwärmen es unter gelegentlichem Rühren auf die gewünschte Temperatur. Die Flüssigkeit aus Apfel Balsamessig, Brühe und dem Saft des Fleisches im Bräter können Sie auffangen und nach Belieben noch etwas würzen, um Ihr Pulled Pork und Kraut geschmacklich abzurunden.