



PULLED PORK

Zutaten:

Fleisch

1,5kg Schweine-Nackenbraten
 6 EL Pulled-Pork-Gewürzrub von Gourmet Flamand
 4 EL Dijon-Senf von Gourmet Flamand
 600ml Gemüsebrühe von Lacroix
 600ml Ananassaft

3 EL brauner Zucker

BBQ-Sauce

200g Gourmet Ketchup
 200ml Apfelsaft
 30ml Balsamico Bianco
 3 Spritzer Worcestersauce
 4 EL Ahornsirup
 1 Knoblauchzehe klein gehackt
 1 Kaffel. geräuchertes Paprikapulver
 1 EL Brandy

Zubereitung:

Das Fleisch zunächst mit Dijonsenf einreiben, dann das Gewürz darüber reiben. In Folie verpacken und 24 bis 36 Stunden im Kühlschrank ziehen lassen. Das Fleisch eine Stunde vor der Zubereitung wieder aus dem Kühlschrank nehmen und ruhen lassen. Inzwischen Gemüsebrühe und Ananassaft vermischen und den braunen Zucker darin auflösen. Etwa die Hälfte davon in die Pfanne des Bräters geben. Diesen auf ein Backblech in der untersten Schiene des Backofens stellen. Den Ofen auf 110°C Ober-/Unterhitze vorheizen. Inzwischen das Fleisch auspacken und auf ein Rost legen. Ein Fleischthermometer in die Mitte des Bratens einstecken. Nach ca. 3 Stunden im Ofen alle 40 Minuten mit dem eigenen Sud einpinseln. Während der Garzeit immer wieder etwas von der Flüssigkeit nachfüllen. Nach ca. 10 Stunden dürfte der Braten eine Innentemperatur von ca. 85°C haben. Zwischendurch nicht ungeduldig werden, die Temperatur steigt nur sehr langsam.

Während der Garzeit die BBQ-Sauce vorbereiten. Alle Zutaten miteinander vermischen und kurz aufkochen, wieder abkühlen lassen.

Nach Ende der Garzeit das Fleisch aus dem Ofen nehmen und auf einem Schneidbrett mit zwei Gabeln zerreißen. Das Fleisch dürfte jetzt so zart sein, dass es fast von alleine zerfällt. Etwa 2/3 der BBQ-Sauce untermischen. Das Fleisch kann man pur genießen oder aber als Burger. Einfach auf die untere Hälfte des Burgerbrötchens ein Salatblatt legen, darauf das Fleisch, noch ein Salatblatt und einen Krautsalat darüber geben. Jetzt mit der oberen Hälfte des Brötchens abdecken und genießen!