

Pulled Pork selbst machen

Für das Fleisch:

2 kg Schweinenacken 2 EL Adrian-Senf 6-10 EL Grill-Gewürz (Rub)

Für die Marinade:

200 ml Apfelsaft 200 ml Wasser, Brühe 1 TL Rauchsatz
2 EL Ahornzucker 2 EL Worcestersauce 1 Flasche Barbecue-Soße
Grill-Thermometer

Einen Tag vorher das Fleisch mit Senf einreiben, dann intensiv mit dem Rub. In einen Gefrierbeutel legen, luftdicht verschließen und über Nacht im Kühlschrank ziehen lassen.

Am Zubereitungstag das Fleisch 2 Stunden vorab aus dem Kühlschrank nehmen. Für die Marinade den Saft mit Brühe, Zucker Salz und Worcestersauce in einen Topf geben und erwärmen bis sich Salz und Zucker aufgelöst haben. Wer mag, kann noch einige Löffel BBQ-Soße dazugeben. Den Ofen auf 110 °C Ober- und Unterhitze aufheizen. Die Marinade vor dem Grillen in das Fleisch injizieren.

Das Grill-Thermometer ist unerlässlich bei einem Pulled Pork, da es den Gargrad anzeigt und auch, wann das Fleisch später fertig ist.

Das BBQ-Thermometer mittig tief in dem Schweinenacken platzieren.

Nun wird das Pulled Pork langsam über 7-9 Stunden bei 110 °C gegart, wobei die Fleischdicke zu berücksichtigen ist. Das Pulled Pork ist fertig, wenn es eine Kerntemperatur von 90 Grad erreicht hat. Nicht eher.

Bei der Zubereitung von Pulled Pork wird immer wieder von einer Plateauphase gesprochen. Die Temperatur im Fleischkern steigt in den ersten Stunden kontinuierlich und bleibt bei knapp über 70 °C nach etwa drei bis vier Stunden stehen. Ab der Plateauphase kann man beginnen, das Fleisch zu 'moppen', indem man alle 45 Minuten das Fleisch mit der Marinade bepinselt, um eine aromatische Kruste zu bekommen.

Wenn das Thermometer 90 Grad anzeigt, ist das Pulled Pork fertig.

Man kann einmal kurz mit einer Gabel testen, ob sich das Fleisch ganz locker abziehen lässt. Ein Messer ist tabu. Bei Pulled Pork muss einem das Fleisch fast schon entgegenfallen.

Das Fleisch aus dem Ofen nehmen, einwickeln und noch einmal für 30-60 Minuten ruhen lassen. Danach das Fleisch mit Gabeln auseinanderziehen und mit der restlichen Marinade vermischen; evt. 100 ml Cola untermischen.

Das Pulled Pork pur mit Salat genießen oder als Burger oder Sandwich servieren.

NN am 24. April 2024