

Pulled Pork

Zutaten:

1 kg Schwein vom Hals (mit Fleisch vom Wollschwein wird das Gericht besonders gut)
2 Zwiebeln, gehackt
5 Knoblauchzehen, gehackt
2 dl Bouillon
6 EL Barbecue-Sauce*
wenig Olivenöl

Zum Würzen des Fleisches:

grobkörniger Senf
Paprika
grob gemahlener schwarzer Pfeffer aus der Mühle
Salz

Zubereitung:

Das Fleisch mit Haushaltspapier gut trocken tupfen und dann mit den Würz-Zutaten einreiben. Wenig Olivenöl in einen Bräter geben. Das Fleisch in den Bräter legen, Zwiebeln und Knoblauch rund um das Fleisch verteilen. Barbecue-Sauce und Bouillon mischen und über das Fleisch giessen. Den Bräter mit einem Deckel schliessen und für 5 Stunden in den auf 125 Grad vorgeheizten Ofen schieben. Anschliessend lässt sich das Fleisch mit einer Gabel in kleine Stücke reissen. Das Fleisch nach Belieben mit der Flüssigkeit im Bräter mischen und Brötchen, Fladenbrote oder Wraps damit füllen. Wer mag gibt noch Coleslaw (Salat aus feingeschnittenen Weisskohl und Rüebli) dazu.