

## Pulled Pork aus dem Slowcooker (3,5 Liter) mit Variante aus dem Ofen



### Zutaten für 8 Personen:

1,2 kg Schweinenackenbraten	1 TL Chiliflocken
150 ml Apfelsaft, Sekt oder Weißwein	1 TL Knoblauchpulver
25 ml Essig	1 TL Zwiebelpulver
200 bis 300 ml BBQ-Sauce	1/2 TL Pfeffer
<u>Für den Rub:</u>	1 TL Salz
1 EL Pimentón de la Vera	1/4 TL Oregano, getrocknet
	1 EL braunen Zucker

### Zubereitung:

1. Alle Zutaten für den Rub vermengen und den Schweinenackenbraten damit einreiben.
2. In einen verschließbaren Plastikbeutel geben und über Nacht marinieren.
3. Am nächsten Tag den Saft (oder Sekt oder Wein) mit dem Essig in den Einsatz des Slowcookers geben. Das Fleisch aus dem Plastikbeutel nehmen und dazu geben.
4. Den Slowcooker auf „high“ einstellen und 7 Stunden garen. Nach 3,5 Stunden einmal wenden. Das Fleisch sollte nach den 7 Stunden sehr weich sein.
5. Den Braten aus dem Slowcooker nehmen und in Alufolie einwickeln. 30 Minuten ruhen lassen.
6. Die BBQ-Sauce mit ca. 100 ml Sud aus dem Slowcooker vermengen, bis die gewünschte Konsistenz erreicht ist.
7. Nun das Fleisch mit zwei Gabeln auseinander zupfen und mit der BBQ-Sauce vermengen.

### Variante aus dem Ofen:

Schritt 1 & 2 im Rezept bleiben gleich.

Bei Schritt 3 das Fleisch in einen Bräter anstatt in den Slowcooker geben.

4. Den Ofen auf 120°C vorheizen. Das Fleisch im offenen Bräter ca. 6 Stunden garen. Nach 3 Stunden einmal wenden. Das Fleisch sollte nach 6 Stunden sehr weich sein.

Bei Schritt 5 den Braten aus dem Bräter nehmen. Der Rest des Rezeptes bleibt gleich.

### Tipp:

Man kann das Pulled Pork in ein Brötchen geben und genießen. Es schmeckt aber auch hervorragend auf krossem **Kartoffelpuffer** oder eingerollt in eine Tortilla.

Dazu passt Cole Slaw oder Salat und roher Rotkohl. Auch geraspelte Karotten schmecken gut zu Pulled Pork.