



# Burger mit selbstgemachtem Pulled Pork & Cole Slaw



## Zutaten

### Für das Pulled Pork:

1,8 kg	Schweinenacken am Stück
1 TL	Knoblauchpulver
1 TL	Kreuzkümmel
1 EL	Paprikapulver
200 ml	Apfelsaft
3 TL	Salz
2 EL	Zucker
3 EL	Dijon-Senf
1 EL	gemahlener Koriander
1 EL	Rosmarin
1 EL	Thymian

### Für den Cole Slaw:

100 g	schwarzer Pfeffer, frisch gemahlen
200 g	griechischer Joghurt
1 kleines Bündel	Mayonnaise
	glatte Petersilie
	Salz
1/3	Weißkohl
1 große	Karotte
1 EL	Weißweinessig
1 TL	Dijon Senf
2 TL	Zucker

### Für die BBQ-Soße:

1 EL	Worcestershiresauce
200 ml	Ketchup
1 kleine	Zwiebel
1 EL	brauner Zucker
1	Knoblauchzehe
2 EL	Öl
1 TL	Chilipulver

### Für den Burger:

4	Burger Buns
2 EL	Butter
2	Gewürzgurken
2 kleine Handvoll	Rucola

## Tipp

Du kannst das Pulled Pork auch super auf dem Grill zubereiten. Dazu musst du einfach nur deinen Grill auf eine Temperatur von 120 Grad bringen und das Fleisch bei indirekter Hitze auf den Rost legen. Eine Schale mit Apfelsaft und 200 ml Wasser darunter platzieren, damit Dampf entsteht und der Bratensatz aufgefangen werden kann. Den Grill schließen und die Temperatur konstant halten. Dann musst du das Fleisch für mindestens 12 Stunden garen, bis es eine Kerntemperatur von 92 Grad erreicht hat.

## Rezeptinfo

### Zutaten für 4 Portionen (Fleisch für mehr)

Zubereitungszeit: 45 Min. + 4 Std. Ruhezeit + 7 Std. Garzeit

pro Portion: 7029 kJ, 1680 kcal, 98 g Kohlenhydrate, 82 g Eiweiß, 110 g Fett, 464 mg Cholesterin, 7 g Ballaststoffe

Schwierigkeitsgrad: Kosten:

## Zubereitung

Hast du schonmal das typisch amerikanische BBQ-Gericht Pulled Pork probiert? Wie der Name schon sagt, ist Pulled Pork auseinandergezapftes Schweinefleisch, welches über mehrere Stunden auf dem Grill oder im Ofen gegart wurde. Pulled Pork ist wirklich super lecker und auch im Backofen ganz einfach zubereitet, du musst nur etwas Zeit mitbringen! Aus unserem selbstgemachtem Pulled Pork haben wir einen super leckeren Pulled Pork Burger zubereitet, bei dem dir alleine beim Anblick schon das Wasser im Mund zusammenlaufen wird! Für unseren Pulled Pork Burger haben wir das Schweinefleisch zuerst mit einem selbstgemachtem BBQ-Rub mariniert und dann für 8 Stunden gegart, bis es quasi von alleine auseinandergefallen ist. Außerdem haben wir aus dem ausgetretenen Bratensatz eine mega aromatische BBQ-Soße gemacht und den Burger dazu noch mit einem selbstgemachten Cole Slaw belegt. Unser Pulled Pork Burger ist wirklich super lecker und kann auch super einfach auf einem Grill zubereitet werden! Mache unseren Pulled Pork Burger unbedingt mal zuhause nach! So geht's:

### Step 1:

Zuerst machst du den Rub für das Pulled Pork. Dazu Salz, Paprikapulver, Knoblauchpulver, Kreuzkümmel, Thymian, Rosmarin, gemahlener Koriander und Zucker vermischen. Dann das Fleisch zuerst mit Senf und dann mit der Gewürzmischung kräftig einreiben. Das Fleisch in Frischhaltefolie einwickeln und über Nacht im Kühlschrank durchziehen lassen.

### Step 2:

Am nächsten Tag nimmst du das Fleisch ca. 2 Stunden vor der Zubereitung aus dem Kühlschrank. Dann den Backofen auf 110 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Den Apfelsaft zusammen mit dem entstandenen Bratensatz in eine ofenfeste Form schütten und das Fleisch darauf platzieren. Das Fleisch nun für mindestens 7 Stunden im Backofen garen, bis das Fleisch fast auseinanderfällt.

### Step 3:

In der Zwischenzeit kannst du die restlichen Zutaten für den Burger vorbereiten. Für den Cole Slaw den Kohl fein hobeln und mit 1 TL Salz und Zucker mischen. Dann mit den Händen kräftig kneten. Mit Mayonnaise, Joghurt, Senf und Weißweinessig mischen und nochmals mit Salz und Pfeffer abschmecken. Petersilie grob hacken und unter den Salat mischen. Dann kannst du den Cole Slaw in den Kühlschrank stellen und durchziehen lassen.

### Step 4:

Für die BBQ-Soße die Zwiebel und den Knoblauch fein würfeln und in Öl glasig dünsten. Nun den Bratensatz, Ketchup, Chili, braunen Zucker und Worcestershiresauce dazugeben und alles mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die BBQ-Soße lässt du für ca. 5 Minuten köcheln und pürierst sie anschließend.

### Step 5:

Die Brötchen röstest du mit Butter in einer Pfanne kurz an. Die Gurken in längliche Scheiben schneiden. Dann Rucola und Cole Slaw auf das Brötchen auflegen und mit einer großen Portion Pulled Pork, BBQ-Soße und einigen Gewürzgurken belegen.

