Pulled Pork Buns mit spicy Krautsalat

360—400 Min

Zubereitung

1 Das Fleisch 1-2 Stunden vor der Zubereitung aus dem Kühlschrank nehmen. Für den Schweinsbraten zuerst den Backofen auf 225 °C vorheizen. Die Schwarte mit einem Messer kreuzweise einritzen ohne das Muskelfleisch zu verletzen. Das Fleisch rundum und zwischen der eingeschnittenen Schwarte mit dem Gewürzsalz einreiben.

2 Einen Bräter fingerhoch mit kochender Suppe füllen. Den Braten mit der Schwarte nach unten hineinlegen und unten in den Backofen stellen. Etwa 15 Minuten garen.

3 Die Karotten, den Lauch, Zwiebel und Knoblauch grob schneiden und mit dem Lorbeerblatt zum Fleisch in den Bräter geben. Hitze auf 110 °C reduzieren, dann das Fleisch wenden und mit der Schwarte nach oben ca. 6 Stunden garen, bis eine Kerntemperatur von 90-93 °C erreicht wird. Dabei unbedingt ein Stichthermometer verwenden. Während dieser Zeit das Fleisch immer wieder mit der Suppe übergießen.

4 Für die knusprige Schwarte, die Temperatur nochmals auf 225 °C erhöhen (Grillfunktion) und den Braten 5-10 Minuten knusprig braten.

5 Anschließend den Braten aus dem Rohr nehmen, die knusprige Schwarte ablösen, grob hacken und beiseitestellen. Den Braten gut mit Alufolie einwickeln und am besten über Nacht rasten lassen.

6 Lorbeerblatt aus dem Bratensaft nehmen und mit dem Gemüse im Bräter zu einer Sauce pürieren, mit Salz und Pfeffer abschmecken und falls nötig mit Maizena binden.

7 Die Alufolie entfernen, das Fleisch mit zwei Gabeln auseinanderpflücken, mit etwas Sauce vermischen und im Backrohr warmhalten.

8 Für den Salat das Kraut und die Karotten in dünne Streifen schneiden/ hobeln, mit Sauerrahm, Limettensaft, Chilis und Salz marinieren. Anschließend im Kühlschrank mindestens eine Stunde durchziehen lassen.

9 Für den Teig der Buns das Mehl mit einer Prise Salz in eine Schüssel geben. Germ und Zucker in das lauwarme Wasser geben und verrühren, bis sich der Germ auflöst. Alle Zutaten miteinander vermischen und entweder in der Küchenmaschine, oder per Hand zu einem homogenen Teig verarbeiten, der nicht zu trocken und nicht zu feucht ist.

10 Den Teig mit einem Geschirrtuch abdecken und an einem warmen Ort etwa 30 Minuten, besser aber 1-2 Stunden, gehen lassen. Dann wird der Teig nochmal kurz mit den Händen durchgeknetet und auf eine bemehlte Arbeitsfläche fingerdick ausgerollt. Anschließend den Teig nochmals für einige Minuten gehen lassen.

Zutaten für 6 Portionen

= Kotányi Produkte

1 kg	Schweinenacken
3 Stk.	Karotten
1	Stange Lauch
1 Stk.	Zwiebel
3 Stk.	Knoblauchzehen
250 ml	Rindssuppe
1 Pkg.	Schweinsbraten Gewürzsalz
1 Stk.	Lorbeerblätter ganz
1 Prise	Meersalz jodiert grob
1 Prise	Pfeffer schwarz ganz

Für den Karotten-Kraut-Salat

0.5 Stk.	Weißkraut
2 Stk.	Karotten
1	Becher Sauerrahm
1 Stk.	Limette
1 EL	Chili granuliert extra scharf

Für die Buns

350 g	Mehl
175 ml	Lauwarmes Wasser
1 EL	Zucker
2 EL	Sonnenblumenöl
1 Pkg.	Trockenhefe oder ein frischer Germwürfel
1 Prise	Meersalz jodiert grob

11 Der ausgerollte Teig wird nun kreisrund ausgestochen, mit neutralem Öl dünn bestrichen und anschließend vorsichtig zusammengeklappt.

12 Zum Dämpfen kann man einen Topf mit Dämpfeinsatz verwenden. Dazu wird etwas Wasser in den Topf gegeben und der Einsatz aufgesetzt. Aus Backpapier einen Untersetzer in der Größe des Dampfeinsatzes schneiden, damit die Buns nicht kleben bleiben.

13 Sobald das Wasser im Topf kocht, wir der Dampfkorb eingesetzt und die Buns für rund 10-12 Minuten bei geschlossenem Deckel gedämpft.

14 Wenn die Buns fertig sind, nimmt man sie vorsichtig aus dem Dampf und lässt sie auf einem Gitter etwas auskühlen. Die Buns einschneiden, auseinanderklappen und mit dem Krautsalat, dem Pulled Pork, sowie der gehackten Kruste servieren und genießen.