

# Pulled Pork

Rezeptur:

- 250 g Schweinehals oder Schweineschulter (pro Person)
- Basic-Rub für Pulled Pork (Rezept Foodprofi.ch)
- Rancho-Mop für Pulled Pork (Rezept Foodprofi.ch)
- BBQ-Injektion für Pulled Pork (Rezept Foodprofi.ch)
- Apfelsaft
- Big Green Egg Premium Bio-Holzkohle
- Big Green Egg (Keramikgrill)
- Fleisch-Injektion-Spritze

Zubereitungsschritte:

## **Schritt 1**

- Einkauf aller Waren

## **Schritt 2**

- das Schweinefleisch in ein tiefes Backblech geben
- BBQ-Injektion in eine Fleischspritze füllen
- Fleisch in Abständen von 3 bis 4 Zentimetern tief mit der Spritze in das Fleisch stechen und beim sanften Herausziehen die Injektion langsam einspritzen
- mit viel Basic Rub das geimpfte Schweinefleisch einreiben
- in Klarsichtfolie eng einschlagen
- über die Nacht im Kühlschrank bei ca. 5 Grad lagern

## **Schritt 3**

- das Fleisch beginnt auf dem Grill zu braten

## Zeitlicher Ablaufplan:

### 5:30 Uhr

- das marinierte Fleisch aus dem Kühlschrank nehmen und die Klarsichtfolie entfernen
- Big Green Egg anheizen und auf 120 °C einpendeln lassen (Empfehlung: Big Green Egg Premium Bio-Holzkohle)
  - Luftzufuhr oben und unten regeln

### 07:30 Uhr

- Big Green Egg hat die Temperatur von 120 °C erreicht
- Deckel öffnen und den Conveggtor (Hitzeverteilungsplatte), Aluschalen und den Gusseisen Grillrost auf den Grill legen
- mariniertes Fleisch auf den Grillrost legen (Fettseite von der Schweineschulter sollte sich oberhalb befinden)
- Grillthermometer bestehend aus zwei Sensoren, anbringen (Sensor 1 misst die Kerntemperatur des Fleisches) (Sensor 2 die Temperatur im Garraum → Umgebungssensor) (das Deckelthermometer misst oben die Temperatur und zeigt daher eine höhere Temperatur an)
- Deckel vom Big Green Egg schliessen
- Luftzufuhr oben und unten regeln, damit sich der Sensor 2 (Umgebungssensor) auf 110 °C bis 120 °C einpendelt

### 09:30 Uhr

- Deckel vom Big Green Egg öffnen
- mit Apfelsaft aus der Sprühflasche zu benetzen
- Deckel schliessen

### 10:30 Uhr

- Deckel vom Big Green Egg öffnen
- Fleisch mit Rancho-Mop grosszügig einpinseln
- Deckel schliessen

### 11:30 Uhr

- Kerntemperatur vom Fleisch ist seit 11:00 Uhr auf 68 °C und nicht mehr gestiegen.  
(erste Plateau-Phase („Stall“) wurde erreicht)  
(Temperatur im Kern des Pulled Pork wird relativ gleichmäßig steigen bis sie ungefähr 70°C erreicht hat)  
(Dann passiert plötzlich ... nichts! Sie bleibt für relativ lange Zeit konstant auf dieser Temperatur hängen und kann sogar um einige Grad fallen, während Fett und Bindegewebe sich auflösen und im ganzen Fleisch verteilen)

***(Wichtig: Temperatur nicht erhöhen und Deckel nicht öffnen!)***

- Die erste Plateau-Phase ist zwischen 65 und 70°C zu erwarten und kann bis zu vier Stunden dauern.

### 13:30 Uhr

- die zweite Plateau-Phase kann bei ca. 80 °C eintreten
- Das Pulled Pork ist jetzt seit sechs Stunden bei milder Temperatur von aromatischem Rauch umhüllt gewesen und hat schon eine herrliche Farbe angenommen

### 14:30 Uhr

- Fleisch vom Rost runter und in Aluminiumfolie legen. Von beiden Seiten noch einmal ordentlich mit dem „Rancho-Mop“ benässen, ein klein wenig trockenen „BBQ-Rub“ darüber und dann fest und ganz straff mit der Alufolie umwickeln.
- das geschützte Pulled Pork wieder auf den Rost legen (in Alufolie weitergaren, damit das Pulled Pork saftig bleibt und schön zart wird)
- Grilldeckel schliessen bis das Pulled Pork eine Kerntemperatur von ca. 90 °C hat

17:00 Uhr

- Pulled Pork hat jetzt 90 °C im Kern und ist fertig für das „Finish“, die Glasur  
(Pulled Pork in der Alufolie belassen und im Backofen bei ca. 80 °C warmhalten)

#### **Schritt 4**

- «Glasieren“, damit das Pulled Pork schön strahlt
- Eine Stunde bevor serviert wird, Fleisch aus dem Ofen nehmen
- Alufolie entfernen – Fleischsaft auffangen
- etwas mit BBQ-Sauce glacieren
- Grill auf ca. 120 °C einheizen.
- Pulled Pork auf den Rost legen und ca. 30-45 Glasieren.

#### **Schritt 5**

- Pulled Pork „Pullen und Servieren“
- glaciertes Pulled Pork vom Grill nehmen und in eine vorgewärmte Schale legen
- danach Rubben

en Guete wünscht foodprofi.ch