



Pulled pork

Ingredienser, 4 portioner

1,5 kg benfri karré
1 tsk paprikapulver
1 tsk paprikapulver rökt
0,5 tsk malen svartpeppar
1-2 kyftor vitlök, pressad
0,5 tsk torkad timjan
0,5-1 tsk salt
3 msk kinesisk soja
3 msk rapsolja
2 tsk grillkrydda
ca 1 tsk riven ingefära

Gör så här:

1. Blanda kryddorna med olja och soja
2. Dela karrén i mitten och låt marinera i kryddblandningen till nästa dag.
3. Lägg köttet i gryta eller ugnsfast form med lock eller slow cooker.
4. Stek köttet i nedre delen av ugnen på 125-150 grader, alternativt i slow cooker. Köttet ska nå innertemperatur 90 grader. Ca 4-5 timmar
5. Använd en gaffel för att dra isär köttet och blanda med vätskan i grytan

Servera med ex. ris eller i pitabröd eller hamburgerbröd med sallad, lök, majs, BBQ-sås, gräddfil.

Smaklig måltid!