Pulled Pork mit Pommes & BBQ-Sauce

Zeit gesamt
40min

Zubereitungszeit
40min

Schwierigkeit
Einfach

Zutaten

für 4 Portionen

Pommes, tiefgefroren	800 g
Öl	3 EL
Pulled Pork	500 g
Chili, gemahlen	
Brauner Zucker	5 EL
Tomatenmark	200 g
Paprika, edelsüß	
Kreuzkümmel	
Balsamicoessig, dunkel	1 EL
Sojasauce	2 EL
Cola	50 ml
Salz	
Pfeffer, schwarz	
Schnittlauch, frisch	20 g
Mayonnaise	20 g

Zubereitung

Küchenutensilien

mittlerer Topf, kleine Auflaufform, Backblech mit Backpapier

1. Ofen auf 220 °C (Ober-/Unterhitze) vorheizen. Auf einem Backblech Pommes mit 2 EL Öl mischen und verteilen, sodass sie nicht übereinander liegen. Im Ofen ca. 25 Min. knusprig backen. Dabei nach ca. 15 Min. wenden.

2. Pulled Pork in eine Auflaufform geben und ebenfalls im Ofen ca. 20–25 Min. erhitzen.

3. Derweil in einem Topf 1 EL Öl auf mittlerer Stufe erhitzen, Chilipulver darin kurz anschwitzen. Zucker zugeben und ca. 1 Min. schmelzen lassen. Tomatenmark hinzufügen und ca. 1–2 Min. mitrösten. Nach und nach Paprikapulver und Kreuzkümmel hinzugeben und mit Essig, Sojasauce und Cola ablöschen. BBQ-Sauce ca. 8–10 Min. auf niedriger Stufe unter Rühren dickflüssig einköcheln. Zum Abkühlen vom Herd nehmen und mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken.

4. Schnittlauch waschen, trocken schütteln und in feine Ringe schneiden. Pommes und Pulled Pork aus dem Ofen nehmen. Pommes in der Schüssel mit Salz mischen und auf Tellern anrichten. Pulled Pork darüber verteilen und mit BBQ-Sauce, Mayonnaise und Schnittlauch servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	657 kcal
Kohlenhydrate	73 g
Eiweiß	32 g
Ballaststoffe	0 g
Fette	25 g