



BBQ-Schwein mit Kabissalat und Joghurt



Zubereitung BBQ Schwein

Für das Spareribs-Gewürz alle Zutaten bis und mit Chili in der Küchenmaschine zerkleinern. Dann mit dem braunen Zucker und dem Meersalz mischen. Aus Salz und Wasser eine Pökelfarade herstellen, diese mit einer Injektionsnadel in den Schweinenacken injizieren. Den Schweinenacken mit der Spareribs-Gewürz-Mischung einreiben, danach vakuumieren und 24 Stunden pökeln lassen. Dann bei 65 °C für 16 Stunden im Steamer Sous-vide garen. Für den Lack alle Zutaten mischen und bei milder Hitze zu einem zähen Sirup («Lack»), einkochen. Auf die Fleischportionen streichen und 5 Minuten im Ofen erhitzen («lackieren»).

Zubereitung Joghurt-Creme

Den Joghurt über Nacht einfrieren. Gefroren in einem Tuch aufhängen, damit das Wasser austritt und der Joghurt ein wenig fester wird. Gewürze in einem Mörser fein mahlen und zusammen mit ein wenig Salz den Joghurt abschmecken.

Rezept für 4

Zutaten BBQ Schwein

1 Schweinenacken

Pökelfarade:

35 g Pökelsalz

250 ml Wasser

Spareribs-Gewürz:

150 g schwarze

Pfefferkörner

10 g Koriandersamen

25 g getrockneter

Knoblauch

25 g Wacholderbeeren

12 g Chili

190 g Meersalz

190 g brauner Zucker

Lack:

125 g brauner Zucker

0,5 l Ketchup (oder

Tomaten-Chutney)

100 ml Apfel-Balsamico

75 ml Sojasauce

125 g Honig

Salz

Zutaten Joghurt-Creme

250 g griechischer Joghurt

1 g Senfsaat

1 g Kümmel

1 g Kreuzkümmel

1 g Fenchelsaat

Salz

Zutaten getrocknete Tomaten

2 Tomaten, Fruchtfleisch

1 Knoblauchzehe

1 Zweig Thymian

Salz, Zucker, Olivenöl



Zubereitung getrocknete Tomaten

Tomaten für 5 Sekunden in kochendem Salzwasser blanchieren und direkt in Eiswasser abschrecken. Tomaten schälen, in je 8 Spalten schneiden und das Innere entfernen. Mit restlichen Zutaten marinieren auf ein Backblech legen und bei ca. 90 Grad Umluft 1 – 1,5 Stunden trocknen.

Zubereitung Kabissalat

Kabis hauchdünn schneiden und mit den restlichen Zutaten abschmecken.

Zutaten Kabissalat

1 Kabis, weiss
Balsamico, weiss
Olivenöl
Salz