

Rezept des Monats Mai 2017

Pulled Pork vom Lamm

Ich weiss: völlig falsch! Entweder Pork oder Lamb, Schwein oder Lamm.

Aber: Mittlerweile hat sich [Pulled Pork](#) fast schon als Gattungsbegriff für zerrupftes Fleisch im allgemeinen eingebürgert. Deshalb kam mir sofort Pulled Pork vom Lamm in den Sinn, als ich Jamie Oliver wieder hantieren sah. Dieses Mal mit einer Lammschulter. Und er verschmorte es zu zerrupftem Lamm – grossartig.

Diese ganzen Pulled-Geschichten sind ja mächtig hip. Tätowierte Hipster mit Sonnenbrillen, Vollbärten und geklebten Haaren hantieren mit Fleisch und stecken es ins Brötchen – neudeutsch Bun genannt. Und schon hat es einen neuen Trend. Dazu ein saures Bier aus einer Hinterküchen-Brauerei. Plong! sind wir Avantgarde. Und wenn der Wein einen Böckser hat, so ist das gewollt, weil Natur und [Orange](#) und so. (nix für ungut – ich liebe Euch trotzdem ☺!)

Meine By-the-way-Empfehlung: Kommen Sie am 10. Und 11. Juni zu [Wein & Freunde 5](#) nach Köniz. Da finden Sie all das auf einem Haufen. Ich fühle mich da schon fast(!) traditionell verloren.

Meinen ersten Pulled Pork-Versuch hatte ich in Berlin – wo auch sonst. Keine Ahnung, was mich erwartete, immerhin lebe ich dort, wo man in's Emmental blicken kann, und da gibt's vom Lamm traditionell Voessen mit Safran. Auch nicht schlecht, aber nicht gepullt.

Die Tochter schleppte mich auf den [Boxhagener Platz](#), weil, da gäbe es das beste Pulled Pork. Und, na ja, es war nicht so schlecht, aber haute mich jetzt auch nicht vom Hocker. Zerfleddertes Schweinefleisch im Brötchenhalt, so ähnlich wie Matjesbrötchen, nur mit Fleisch.

Es braucht unbedingt fettes Fleisch von Hals oder Bauch, sonst wird der Burger nix. Und der Puller meinte es wohl zu gut und nahm mageres Fleisch. Denn Fett ist ja noch nicht auf dem Wiedergeburtstrip, immer noch eher pfui. Auf dem No-Go-Altar tummeln sich im Moment Zucker, Gluten und Laktose. Aber, warten wir mal ab, Fett erlebt sicher seine Renaissance, wenn die nächste Ernährungs-Sau durch's Dorf getrieben wird.

Zurück zu Jamie Oliver. Er nahm Lammschulter, weil, Lammbauch ist nicht viel vorhanden und Hals ist zu klein zum richtig was raus zu pullen, da muss man eher popeln. Er schmorte die Schulter mehrere Stunden im Ofen und zerlegte sie nachher mit dem Löffel. Dazu reichte er die grandiose englische Matscherei [neeps and tatties](#). Kontinental übersetzt mit Kartoffelbrei und Steckrübenmus – muss man mögen.

Riesling & Co Deutsche Weine

Gregor Schönau – Weinhandel und Direktimport – Hauptstrasse 24e – CH-4944 Auswil/BE

Zutaten:

1 Lammschulter mit Knochen
Frischer Rosmarin, Meersalz, schwarzen Pfeffer
1 ganze Knoblauchknolle,
scharfen Dijon-Senf,
Olivenöl
Rote Zwiebeln
Balsamessig
Mehl oder Maisstärke zum abbinden
Weissburgunder

Die Lammschulter auf Zimmertemperatur bringen. Rosmarinnadeln mit Salz und einigen geschälten Knoblauchzehen im Mörser zerstoßen, Senf und Olivenöl zugeben. Alles gut verrühren.

In das Lammfleisch mit einem scharfen Messer ein rautenförmiges Muster ritzen. Darf auch kreuz- oder streifenförmig sein. Entscheidend ist die Qualität des Fleisches, nicht die der Striemen. Dann pfeffern und salzen, und die Paste gründlich in das Fleisch einreiben, gut massieren und alle Ritzen füllen!

Die Zwiebeln schälen, halbieren und in breite Halbstreifen schneiden. Den Rest von Rosmarin-Paste und Knoblauch mit den Zwiebel-Halbringen in einem gusseisernen Bräter verteilen. Alles mit Olivenöl und Balsam-Essig beträufeln, ein wenig Wasser und mehr oder weniger Wein angießen. Das Fleisch drüber drapieren.

Das Ganze im offenen Topf im vorgeheizten Backofen auf 200° 20 Minuten anrösten. Danach Deckel oder Alufolie drauf, Hitze auf ca. 160° reduzieren und nach vier (!) Stunden mal nachschauen, ob sich das Fleisch leicht vom Knochen lösen lässt.

Wenn dem so ist, nehmen Sie das Fleisch aus dem Topf und stellen es im abgeschalteten Ofen beiseite und halten es warm. Die Sauce durch ein Sieb geben und den geschmorten Knoblauch aus der Haut pellen. Das ist eine schöne Sauerei, aber es riecht unendlich gut.

Die Sauce entfetten. Das funktioniert am besten mit einem Fettkännchen. Dessen Tülle liegt unten am Kannenboden, und man kann die Sauce abgiessen ohne dass allzuviel von dem oben schwimmenden Fett mitschwallt. Die gefilterte Sauce mit dem gepellten Knoblauch in einem Topf aufkochen, mit Mehl oder Maisstärke abbinden. Einige Minuten köcheln lassen.

Die Schulter aus dem Ofen nehmen und das Fleisch vom Knochen schaben. Das müsste sich locker und leicht lösen. In einer Schüssel mit der Sauce oder beides separat servieren.

Auch wenn's Jamie Oliver ist, ich bevorzuge Kartoffelstock ohne zerdetschte Rüben zu Schulter und Sauce.

Dazu den besten und kräftigsten Weissburgunder, den Sie im Keller finden. Haben Sie keinen, nehmen Sie den [Ochsenloch](#), der schafft auch das würzigste Lamm.