



Ciderkokt fläskkarré med pumpa, rödlök & chèvre

Kock: **Monika Österheim** Tid: **45 min** Portioner: **4**

Systrarna Eisenman gästar oss med mör fläskkarré och goda tillbehör från sin kokbok Till bords med systrarna Eisenman. Tack Lisa och Monica!



Lägg till 6 timmars koktid till tidsåtgången!

Efter att Sibylla och 7-Eleven började servera "pulled pork" (den största mathypen på länge tillsammans med surdegsbröd och grönkål) så undviker vi helst att använda den något uttjatade termen för draget fläsk. Men det är trots allt precis vad det här är! Vi har dock valt att smaksätta den lite annorlunda än på klassiskt amerikanskt vis.

Dryckestips: Veteöl från Belgien är ofta smaksatt med örter som koriander och pomerans vilket gör att det skiljer sig från det tyska veteölet. Just här ger kryddorna den saftiga karrén en lyft. Veteöl och getost är dessutom en klassisk kombo.



INGREDIENSER

1.2 kg fläskkarré (cirkamängd)
1 gul lök

2 vitlösklyftor
100 g rökt sidfläsk
1 dl äppelmos
5 dl torr cider
2 tsk dijonsenap
2 tsk riven färsk ingefära
1 kanelstång
1 nypa chilipeppar
1 tsk salt
1 tsk svartpeppar
1 baguette + ca 0.5 dl olivolja
150 g blandad sallad, t ex roman, ruccola, rosso och/eller röd endiv
250 g chèvre

Ugnsrostad pumpa

400 g butternutpumpa
2 msk olivolja
2 msk finhackad salvia
flingsalt

Karamelliserad lök

3-4 rödlökar
1 msk smör
1 msk smör
1 msk olivolja
2 tsk strösocker
2 tsk vit balsamvinäger
salt och peppar

GÖR SÅ HÄR

- 1** Värm ugnen till 150 grader. Skala lök och vitlök. Skär löken i klyftor och krossa vitlösklyftorna. Tärna sidfläsket.
- 2** Lägg fläskkarrén i en stekgryta. Blanda äppelmos, cider och senap och häll ner det i grytan. Tillsätt även lök, vitlök, sidfläsk, ingefära, kryddor och salt och peppar. Lägg på ett lock och låt sjuda i ugnen i 2 timmar. Sänk sedan värmen till 100 grader och låt stå i ytterligare 3-4 timmar tills köttet lätt faller sönder
- 3** Tillaga rödlöken medan köttet står i ugnen. Skär löken i tunna skivor och stek den på låg värme i smör och olja tills den är mjuk, i cirka 30 minuter. Tillsätt socker och vit balsamvinäger och stek i ytterligare 20 minuter. Smaka av med salt och peppar.
- 4** Ta upp köttet ur grytan och lägg det åt sidan. Koka ihop - reducera - vätskan på spisen tills det är 2-3 dl kvar. Lägg tillbaka köttet i grytan. Dra isär det i strimlor med två gafflar och blanda med den hopkokta vätskan. Smaka av med salt och peppar.

5

Tillaga pumpan medan vätskan i grytan kokar ihop. Höj värmen i ugnen till 225 grader. Skär bort skalet från pumpan och kärna sedan ur den. Skär pumpa köttet i halvmånar. Blanda det med olivolja i en ugnsfast form. Strö över salvian och lite flingsalt. Grilla i ugnen i 30-35 minuter eller tills pumpan börjar få lite färg.

6

Skär baguetten i bitar, cirka 10 cm långa. Dela bröden på längden och pensla snittytan med olivolja. Grilla brödet gyllenbrunt, antingen i ugnen eller i en grillpanna. Lägg ut salladen på ett fat. Fördela köttet, pumpan och löken ovanpå. Smula till sist över chèvre. Servera med grillad baguette.