

# Pulled pork med rotfruktsmos och smörstekt svartkål.

För några år sedan exploderade internet av recept på pulled pork. Men kanske blev det lite av en one hit wonder här i Sverige? För sedan kom nya mattränder och nu verkar det som att vi har glömt den stora kärlek vi under ett par år kände för denna maträtt. Jag kan tycka att det är lite synd, för pulled pork mina vänner, är ultimat "comfort food", som man säger i USA.

Många recept på pulled pork innehåller rökig bbqsås. Jag hoppade över det idag och gjorde en mustig såsbas på rött vin, kokossocker och oxford istället. Det blev himla gott! Till köttet, som lagas så länge att det bara faller isär, vispade jag ihop ett underbart mos på potatis, palsternacka och jordärtskocka. Jag bara älskar den kombinationen. Sedan toppade jag allt med höstens favorit - smörstekt svartkål!

Fyll skålarna med din comfort food och slå upp ett glas Pata Negra Apasionado, ett rött, fruktigt och aningen kryddigt vin från Spanien.



4

Fläskkött

Potatisrätter

## Pulled pork

Ingredienser:

800 g fläskkarré i bit  
1 msk paprikapulver  
1 msk vitlökspulver  
3 msk tomatpuré  
4 vitlöksklyftor  
1 gul lök  
2 msk oxfond  
2 dl rött vin  
3 msk kokossocker  
Salt och svartpeppar

**Gör så här:**

1. Blanda samman paprikapulver, vitlökspulver och tomatpuré. Gnid in detta i fläskkarrén och lägg i en ugnsfast gryta.
2. Skala vitlök och lök. Skär löken i tunna skivor odh fördela runt köttbiten.
3. Slå på oxfond, vin, kokossocker, salt och peppar. Sätt på locket och ställ in grytan i nedre delen av ugnen i 125° i cirka 4-5 timmar.
4. När köttet är så mört att du kan dra i sär det med en gaffel, lyft ur köttbiten ur grytan. Reducera såsen till cirka hälften.
5. Mosa de mjuka vitlökarna helt. Dra i sär köttet med hjälp av två gafflar. Slå såsen över köttet och blanda väl.

## Rotfruktsmos med jordärtskocka

**Ingredienser:**

500 g potatis  
200 g palsternacka  
300 jordärtskocka  
50 g smör, mjukt  
ca 2 dl mjölk eller grädde  
Salt och svartpeppar

**Gör så här:**

1. Skala rotsakerna och dela dom i lika stora bitar. Koka tills de är mjuka, men inte faller isär i lättsaltat vatten. Håll av vattnet och låt rotsakerna ånga av.  
Mosa rotsakerna med hjälp av en potatisstöt. Tillsätt det mjuka smöret och rör om. Värm mjölken eller grädden tills den är fingervarm. Späd moset med vätskan till önskad konsistens.  
Smaka av med salt och svartpeppar.

## Smörstekt svartkål och servering

**Ingredienser:**

300 g svartkål  
2 msk smör  
Flingsalt

**Gör så här:**

1. Repa svartkålen och stek den mjuk i lite smör. Strö flingsalt över den stekta kålen.
2. Servera din pulled pork tillsammans med rotfruktsmoset, den stekta svartkålen och ett par skivor gott bröd.

## Vin till pulled pork med rotfruktsmos och svartkål:



Vilka butiker har drycken?

Lägg i inköpslista

## Pata Negra Apasionado, 3 liters Box

Systembolagsnummer: 75253

195,00 kr

---

Doften i Pata Negra Apasionado är fruktig, ungdomlig, aningen kryddig med fatkaraktär, inslag av körsbär, plommon, örter, svarta vinbär, lakrits, choklad och vanilj. Smaken är mjuk och fruktig, aningen kryddig med fatkaraktär, inslag av plommon, körsbär, örter, lakrits, choklad, peppar och vanilj.



Vilka butiker har drycken?

Lägg i inköpslista

## J-L Chave Sélection Côte-du-Rhône Mon Coeur 2016

Systembolagsnummer: 73788

159,00 kr

---

Kan du lägga lite mer pengar på vinet rekommenderar vi denna fransos som fick betyget Fynd! i tidningen Allt om Vin nr 10/2019 med följande motivering:

*"Angenäm stallighet på doft och smak. Här finns violer, peppar, kött och mörka saftiga bär. Finstämt och mycket vin för pengarna."*

## Se också



### Pulled chicken.

Catarina König, vinnaren av Sveriges Mästerkock 2016, bjuder här på hennes bästa recept på Pulled chicken!

[Läs mer](#)

---



### Pulled Pork med rökiga och kryddiga toner till eldiga Valborg.

Pulled pork var den stora grejen för något år sedan. Fullt förståeligt då det är minimalt med arbete som är insatsen och maximalt med smakrik, vällagad mat som är resultatet. Vem gillar inte det liksom?!

[Läs mer](#)

---



## Pulled pork med chilistekta bondbönor och syrad rödkål.

Pulled pork är perfekt att servera till många. Linnéa har ett bra grundrecept som hon här har twistat till med både bönor och syrad rödkål.

**Läs mer**

---

Utskrift