



Χοιρινό με μαύρη μπύρα

20'
Χρόνος
Εκτέλεσης

240'
Χρόνος
Ψησίματος

3-4
Μερίδες

1
Βαθμός
Δυσκολίας



Μέθοδος Εκτέλεσης

- Προθερμαίνουμε τον φούρνο στους 140°C στον αέρα.

Για τη μαρινάδα

- Σε ένα μούλι ή σε ένα **youdi**, χτυπάμε το χοντρό αλάτι, το τριμμένο μπαχάρι, το μπούκοβο, τον κύβο, την καστανή ζάχαρη, την καπνιστή πάπρικα, το μαύρο πιπέρι, και αφήνουμε στην άκρη.

Για το κότσι

- Βάζουμε ένα **τηγάνι** στη φωτιά να κάψει.
- **Χαράσσουμε** το κρέας μας και βάζουμε τη μουστάρδα φροντίζοντας να απλωθεί παντού.
- Ρίχνουμε τη ξερή μαρινάδα και την απλώνουμε σε όλο το κρέας μας.
- Βάζουμε στο τηγάνι μας, ελαιόλαδο και το χοιρινό και σοτάρουμε για 1-2 λεπτά ώστε να πάρει ωραίο χρυσαφί χρώμα και από τις δύο πλευρές.
- Σε μία γάστρα προσθέτουμε το κρεμμύδι, αφού πρώτα το κόψουμε σε λεπτές φέτες, μαζί με τη μαύρη μπύρα. Τελευταίο προσθέτουμε το κότσι μας.
- Κλείνουμε τη γάστρα με καπάκι και ψήνουμε στον φούρνο για 4 ώρες.
- Μόλις είναι έτοιμο, αφαιρούμε από τον φούρνο.
- Τοποθετούμε το κότσι σε ένα ξύλο κοπής και αφαιρούμε όλα τα κόκαλα.
- Με δύο πιρούνια σπάμε το κρέας σε μικρά κομμάτια και περιχύνουμε το ζουμί που έχει μείνει στη γάστρα.

Για το σερβίρισμα

- Σε ένα μπολ, κόβουμε το iceberg σε λεπτές φέτες, προσθέτουμε τη μαγιονέζα, αλάτι και πιπέρι και ανακατεύουμε.
- Κόβουμε τα ψωμάκια του μπέργκερ στην μέση. Στα μισά προσθέτουμε φέτες τυρί και τα βάζουμε όλα μέσα στον φούρνο να ζεσταθούν, ίσα ίσα να λιώσει το τυρί.
- Αλείφουμε την κάτω πλευρά από τα ψωμάκια (αυτά που δεν έχουν τυρί) με μουστάρδα, βάζουμε από πάνω τα κομμάτια από το χοιρινό μας, το iceberg και καπακώνουμε
- Συνοδεύουμε με **τηγανητές πατάτες**.

Συστατικά

Για τη μαρινάδα

- 1 κ.σ. αλάτι, χοντρό
- 1 κ.γ. μπαχάρι, τριμμένο
- 1 κ.γ. μπούκοβο
- 1 κύβος κότας
- 1 κ.σ. ζάχαρη καστανή
- 1 κ.σ. πάπρικα, καπνιστή
- 1 κ.σ. κοφτή πιπέρι, μαύρο

Για το κότσι

- 1.600 γρ. χοιρινό, κότσι, χωρίς δέρμα
- 2 κ.σ. μουστάρδα, απαλή
- 4 κ.σ. ελαιόλαδο
- 1 κρεμμύδι
- 500 ml μπύρα, μαύρο

Για το σερβίρισμα

- 6-8 **ψωμάκια για burger**, μαλακά
- 3-4 φέτες τσένταρ
- 150-200 γρ. iceberg
- 1 κ.σ. **σπιτική μαγιονέζα**
- αλάτι
- πιπέρι
- μουστάρδα, αγγλική
- **πατάτες τηγανητές**

Διατροφικός πίνακας

Διατροφική αξία ανά μερίδα

598 Θερμίδες (kcal)	34.0 Λιπαρά (γρ.)	11.0 Κορ.Λίπη (γρ.)	12.0 Υδατ/κες (γρ.)
30%	49%	55%	5%
12.0 Σάκχαρα (γρ.)	59.0 Πρωτεΐνη (γρ.)	1.4 Φυτικές Ίνες (γρ.)	4.8 Αλάτι (γρ.)
13%	118%	6%	80%