

# Pulled pork med rå ananascoleslaw

1 stk pulled pork

\*Rå ananascoleslaw:\*

150 g rød spidskål

150 g gulerødder

50 g rødløg

300 g avocado

250 g ananas

1 dl hakket koriander

240 g kogte kikærter



Tilbered sous vide pulled pork efter forskriften, ca. 30 minutter i ovnen ved 180°C eller på grillen. Riv kødstykket fra hinanden med 2 gafler og vend kødet rundt i egen saft. Snit spidskål, riv gulerødder, skær rødløg i tynde både og skær ~~avocado~~ ananas i tern. Bland det hele sammen med hakket koriander og kogte kikærter. Bland ingredienser til dressing sammen. Vend den i den rå coleslaw. Servér coleslaw toppet med stykker af pulled pork, og pynt evt. med hakket koriander.

~~Tilbehør~~ **Tips til servering** rester af pulled pork kan de bruges til wraps, topping til pizza eller biksemad dagen efter.

1 spsk sød sennep

~~Endelig energi~~ **Endelig energi** pr portion: 3157 kJ / 751 kcal

~~Salt og sukker~~ **Salt og sukker** pr. 100 g:

Protein: 8,5 g

Fedt: 8,0 g

Kulhydrat: 7,5 g

Pynt: evt. 50 g grofthakkede peanuts

Tilbehør: Kan serveres med hjemmebagte burgerboller