

Cerdo al pastor a cocción lenta

Disfruta de un maravilloso cerdo marinado en los jugos dulces de una piña fresca, receta fácil para la que solo se necesita una olla y que además es deliciosa y sorprendentemente sencilla de hacer. Prepara los ingredientes con anticipación en solo 20 minutos y disfrútalo horas después. El cerdo jugoso y tierno es perfecto para sándwiches o sobre tacos.

Rinde para: 6 a 8 porciones aproximadamente.

Tiempo: 20 minutos de preparación y de 8 a 10 horas en el Fermentador y Caja de Cocción Lenta Plegable. Si te resulta posible, gira el cerdo a la mitad de la cocción para asegurar que todos los sabores se impregnen en los dos lados del cerdo.

Ingredientes	Cantidad	Gramos	Onzas
Chalote en hojuelas, deshidratado	1 cucharada	6	0,2
Sal, kosher	2½ cucharaditas	15	0,53
Orégano, seco	2 cucharaditas	1,2	0,13
Cilantro, molido	1 cucharadita	2	0,02
Semillas de comino	1 cucharadita	2	0,03
Chipotle en polvo, al gusto	½ a 1 cucharadita	4	0,09
Piña, entera	1	900	32
Paleta de cerdo, cortada a la mitad	1,3 a 1,8 kg (3 a 4 lb)	1360 a 1815	3 a 4 lb
Diente de ajo, en rodajas	2	12	0,4
Chile guajillo o Nuevo México, despepitado y cortado en tiras largas	1	5,6	0,2
Cebolla, amarilla, mediana, en rodajas	1	227	8
Vinagre de manzana	¼ de taza	56	2

Para servir como tacos	Cantidad	Gramos	Onzas
Tortillas de maíz	12	238	8,4
Hojas de cilantro, picadas	1 taza	16	0,56
Limas, cortadas en gajos	2	200	7



Equipos: Fermentador y Caja de Cocción Lenta Plegable Brød & Taylor; olla alta de metal con tapa y asas cortas, con capacidad para 8 litros y de menos de 20 cm (8 pulgadas) de altura. Al tener menos de 20 cm (8 pulgadas), la olla podrá entrar en el centro del Fermentador durante la cocción lenta.

Nota: También se pueden usar los modelos originales del Fermentador y Caja de Cocción Lenta Plegable (FP-101 y FP-201). Configura el Fermentador a 49 °C (120 °F) y pon la olla de metal directamente sobre su placa base. Sigue las instrucciones de la receta y mide la temperatura interna del cerdo pasadas unas 6 horas. La temperatura interna de la carne debe ser de por lo menos 90 °C (195 °F) para que quede tierna.

Empezar. Retira la bandeja de agua y la rejilla del Fermentador. Selecciona el modo “Cocción Lenta” y configura la temperatura a 90 °C (195 °F).

Añadir las especias al cerdo. Con unas varillas, revuelve los 6 primeros ingredientes en un tazón pequeño. Coloca los 2 trozos de la paleta de cerdo en la olla con la grasa hacia abajo y espolvorea la mezcla de especias sobre la carne de manera pareja.

Preparar la piña. Pon la piña sobre una tabla para picar grande. Córtales la tapa, la base, y deséchalas. Ponla verticalmente sobre la tabla. Corta 5 o 6 tiras longitudinales por todo el exterior de la piña, pero solo lo suficiente para quitar casi todas las cubiertas de las semillas marrones del interior. Pon estas tiras a un lado y reservalas. Luego, corta el resto de la piña a la mitad a lo largo. Quita y desecha el corazón. Corta el resto de la fruta en cubos de 2,5 cm (1 pulgada).

Añadir los ingredientes: Echa la piña en cubos, el chile, el ajo y las rodajas de cebolla sobre el cerdo en la olla. Añade el vinagre de manzana por los costados, pero procura que no caiga sobre las especias y las quiten del cerdo. Ponle la cáscara de piña reservada por encima con los lados cortados hacia abajo.

Tapar y cocinar. Tapa la olla y ponla directamente en el centro de la placa de calentamiento de aluminio en el Fermentador. Asegúrate de haber quitado la bandeja de agua y la rejilla del aparato. Cierra el Fermentador y cocina el cerdo por un total de 8 a 10 horas. Si te resulta posible, voltea el cerdo a la mitad del proceso de cocción lenta para asegurar que la carne quede jugosa e impregnada de sabor por los dos lados. Pasadas unas 6 horas, mide la temperatura interior del cerdo con un termómetro. Sigue cocinándolo hasta que la carne llegue a una temperatura de 90 °C (195 °F). El resultado será un cerdo tierno, jugoso y bien cocido que se desmenuzará fácilmente.

Consejo: Con cuidado, pon la olla en el centro de la base del Fermentador y evita arrastrarla para no rayar la superficie de aluminio de la base. Los rayones no perjudican el funcionamiento del Fermentador, solo su estética. Poner una hoja de papel aluminio sobre la placa base del aparato también la protegerá de posibles derrames.



Servir. Desecha la cáscara de piña. Retira el cerdo y pásalo a una fuente grande con las cebollas y la piña cocidas a un lado. Con cuidado, desmenuza el cerdo y desecha la grasa. Condiméntalo con hojuelas de sal, si lo deseas, y sírvelo sobre tortillas de maíz con cilantro y gajos de lima.

Servido opcional

Después de retirar la carne, las cebollas y los cubos de piña, echa el caldo restante a un tazón pasándolo por un colador. Pon a enfriar el caldo colado en el refrigerador.

Consejo: Para enfriar el caldo de manera rápida, pon el tazón de caldo dentro de uno más grande que contenga cubos de hielo.

Cuando el caldo esté frío, la grasa se solidificará. Retira la grasa de la parte superior del caldo y deséchala. Vuelve a echar el caldo a una olla y hiévalo a fuego lento con la olla destapada hasta que el líquido se reduzca a la mitad, lo cual tomará de 7 a 10 minutos. Añade el cerdo desmenuzado, las cebollas y los cubos cocidos de piña a la olla. Revuélvelo con cuidado para que se caliente bien. Sírvelo con arroz.

