

Joghurt

Joghurt wird aus Kuhmilch hergestellt. Wie bei der Käseherstellung wird dieses wertvolle Lebensmittel damit leichter verdaulich und länger haltbar. Die eigene Joghurtproduktion ist vor allem für Halter von Milchkühen eine sinnvolle Option. Ein Thermometer ist unerlässlich.

Zutaten	Zubereitung
Frische Kuhmilch	auf mindestens 80 °C erwärmen und dann zugedeckt auf max. 40 °C abkühlen lassen
Pro Liter Milch 1 dl frisches Nature-Joghurt (z.B. von der vorherigen Produktion oder vom Supermarkt)	in die Milch geben und gut umrühren. Danach diese Mischung in diejenigen verschliessbaren Behälter giessen, in denen das Joghurt gelagert bzw. verkauft wird. Diese Behälter werden nun verschlossen und an einem Ort während 5-8 Stunden gelagert, der ein weiteres Abkühlen möglichst verhindert*. Nach Ablauf dieser Zeit sollte das Joghurt fest sein. Nun das Joghurt ohne Isolation noch ganz abkühlen lassen und dann im Kühlschrank lagern.

* Am einfachsten ist es, die Gläser auf eine wärme-isolierende Unterlage zu stellen (Holz, Isopor) und mit Decken umwickeln. Besser ist es, zum Beispiel aus Isoporblöcken Löcher in der Grösse der Gläser zu schneiden, die gefüllten Gläser hineinzustellen und die Löcher oben und unten mit Isoporplatten zu verschliessen.

Hinweise: Die angegebenen Temperaturen müssen genau eingehalten werden: Bei 80 °C werden in der Milch enthaltene Krankheitskeime abgetötet, Joghurtbakterien ertragen Temperaturen über 42 °C nicht. Es gibt verschiedene Joghurtkulturen, die unterschiedliche tolerierte Höchsttemperaturen aufweisen. Strengste Hygiene ist bei der Arbeit sehr wichtig: die verwendeten Gefässe und Werkzeuge müssen vollständig sauber sein. Falls das Joghurt nicht fest wird, die Anfangstemperatur verändern.

Alternativen:

- Das Joghurt kann vor dem Abfüllen in Gläser mit Zucker gesüsst und mit Aromen versehen werden, die das Wachstum des Pilzes nicht behindern. Es gibt sehr viele Möglichkeiten, die zuerst in kleiner Menge ausprobiert werden sollen.
- Auch vor dem Genuss können dem Joghurt weitere Zutaten beigefügt werden, z.B. Getreideflocken, Nüsse, Honig, Früchte, Aromen, Sirup, Schokoladeraspel, Kakaopulver, etc.

20.07.2015/Kg
Kontakt: cumaru(at)cumaru-pe.com.br