

JOGHURT

ca. 6 Portionen | 10-15 Min. Zubereitungszeit | 30-45 Min. Abkühlzeit | 7-12 Std. Brütezeit|

ZUTATEN

1 Liter (oder mehr) Milch

1EL Naturjoghurt mit lebenden Joghurtkulturen



ANLEITUNGEN

Die Milch in einem Topf auf 95 Grad erhitzen. Gelegentlich mit einem Schneebesen gut durchrühren, um das Anlegen am Boden zu verhindern.

Die Milch auf 45 Grad abkühlen lassen. Wieder gelegentlich gut durchführen. Bei 45 Grad 1 EL Joghurt mit dem Schneebesen einführen und sofort in Portionsgläser oder einen entsprechend großen Behälter füllen und verschließen.

Die Gläser bzw. den Behälter in einen „Brutkasten“ geben und 7-12 Stunden brüten lassen. Danach sofort zum Abkühlen und beenden des Brüten in den Kühlschrank stellen.

Das Joghurt hält gekühlt ca. 1 Woche.

TIPPS

- Es ist egal welche Milch verwendet wird. Es funktioniert mit jeder Milch, Frischmilch, Länger Frisch, Haltbar und ebenso mit jedem Fettgehalt. Allerdings sind Milchart und Fettgehalt für den Geschmack ausschlaggebend.

- Nicht jedes Joghurt im Handel enthält lebende Joghurtkulturen. Leider ist das nicht auf der Packung erkennbar und muss ausprobiert werden. Auch in zu altem Joghurt sterben die Kulturen ab. Ich verwende bevorzugt das Joghurt von „Landliebe“ im 500 g Glas (Achtung: Pfandglas!) Den restlichen Joghurt anderwärts oder für die nächste Produktion verwenden.
- Auch die Konsistenz des Ausgangsjoghurts ist ein Faktor für die fertige Joghurtproduktion. Aus cremigen Joghurt wird auch eher cremigen Joghurt, aus stichfestem Joghurt wird wiederum stichfestes Joghurt.
- Die nächste Produktion kann auch mit einem Rest der vorherigen Produktion „geimpft“ werden. Es muss nicht jedes mal ein neues Joghurt gekauft werden!
- Die Brutzeit ist ausschlaggebend für den Säuregehalt des fertigen Joghurts. Je länger die Brutzeit, umso mehr Säure enthält das Joghurt. Bei 7 Stunden erhält man ein sehr mildes Joghurt. Auch der Säuregehalt des Ausgangsjoghurts trägt zur Säure im fertigen Joghurt bei.
- Als Brutkasten kann der Topf mit Deckel verschlossen (die Topfwärme wird mit genutzt) in ein Handtuch gepackt und mit einer dicken Woldecke, mehrmals zusammengelegt, zudeckt werden. Der Topf muss völlig zudeckt sein. Erst den fertigen Joghurt abfüllen.
- Einen anderen Brutkasten kann man auch mit einer Kühlertasche oder Kühlbox herstellen. Den Topf, den Behälter oder die Portionsgläser in eine Kühlertasche oder –box stellen und verschließen. Der Effekt kann verstärkt werden, wenn man z.B. Styroporteile einer alten Verpackung in passende Teile schneidet und die Kühlertasche oder –box damit auskleidet (Boden, Seitenteile und Deckel).
- Während der Brutzeit auf keinen Fall Deckel aufheben, Tasche oder Box öffnen! Die Wärme sollte so lange wie möglich konstant gehalten werden. Dafür muss anschließend rasch heruntergekühlt werden, um die Brutzeit abzubrechen.
- Am besten gelingt das halten einer konstanten Temperatur mit einem Joghurtbereiter. Allerdings haben dabei billige Geräte oft Schwächen. Es funktioniert aber auch ohne Geräte sehr gut.
- Um die Temperatur bei der Herstellung exakt zu messen empfiehlt sich ein digitales Küchenthermometer. Die angegebenen Temperaturen sollten möglichst exakt eingehalten werden! Ich habe Thermometer bei Amazon um rund € 12 bestellt und es reagiert sehr schnell.

Sunartis E514 Digitales Universales Haushaltsthermometer 21 cm

http://www.amazon.de/gp/product/B001BROOO4?psc=1&redirect=true&ref_=oh_aui_se_arch_detailpage

- Ist die Temperatur beim Einröhren des Joghurt zu hoch, sterben die Kulturen ab. Das Joghurt flockt aus und die Molke trennt sich ab. Ist die Temperatur zu niedrig, können die Kulturen nicht arbeiten. Das Joghurt wird dünnflüssig bzw. bleibt Milch.
- Als Behälter eignen sich z.B. kleine Einmachgläser mit Drehverschluss, Kunststoffbehälter mit gut schließendem Deckel, Kübelchen, wie im Handel mit Joghurt verkauft.