

Selbstgemachter Joghurt

Für 10 Gläser

1 l homogenis. Vollmilch 200 ml Bio-Joghurt evt. 2 EL Milch-Pulver
10 Gläser (125-150 ml) Küchen-Thermometer

Gläser säubern. Gefäße mit kochendem Wasser ausspülen, trocknen.

Bakterien-Kultur ansetzen:

Milch auf mindestens 85-90°C erwärmen, auf 40° abkühlen lassen.

Temperatur mit dem Küchen-Thermometer prüfen. Die Milch darf nicht wärmer als 45° sein. Bio-Joghurt und eventuell Milchpulver zugeben.

Vorsichtig verrühren, Schaum-Bildung vermeiden. In Gläser füllen, verschließen.

Stocken lassen:

Ein Küchen-Handtuch auf die Wärme-Quelle - etwa einen mittelwarmen Heizkörper - legen. Gläser daraufstellen, rund zehn Stunden stehen lassen. Alternativ den Backofen nutzen und ihn auf 50° vorwärmen. Gläser in eine Auflaufform stellen. Diese so mit lauwarmem Wasser füllen, dass die Gläser zu 3/4 im Wasser stehen. In den Ofen schieben. Neuere Öfen auf unter 40° einstellen. Ältere Öfen ausschalten und nur das Ofen-Licht zur Temperatur-Erhaltung nutzen. Nach etwa zehn Stunden ist der Joghurt leicht gestockt. Die Gläser vorsichtig vom Wärme-Ort nehmen, in den Kühlschrank stellen. Ein bis zwei Tage nachstocken lassen. In dieser Zeit nicht schütteln oder stark bewegen.

Anrichten:

Der Joghurt schmeckt pur und mit Zucker, Vanille, Schmand, Nüssen, Marmelade. Im Kühlschrank lagern und innerhalb von fünf Tagen essen.

test Januar 2022