



Yoghurt kan fremstilles med starterkulturer eller ved brug af en lille portion frisk yoghurt naturel

Ingredienser til 1-1½ liter:

1-1½ liter mælk (ko-, får-, gede-, soya- eller kokosmælk)
1 portion starterkultur
- eller ½ dl yoghurt fra sidste gang

Redskaber:

Gryde
Termometer
Yoghurtapparat
- eller et varmt fyrrum, en hokasse, en dyne eller en termoboks

Fremgangsmåde:

- Varm mælken op til 42°C.
- Tilsæt starterkultur eller frisk yoghurt og bland grundigt.

Anvender du starterkultur, opløses pulveret i lidt af den lune mælk som derefter hældes i mælken.

Brug **enten**

1 pose starterkultur

eller

1-2 knsp. starterkultur fra genluk glasset.

- Sæt mælken til syrning ved 42°C:

Anvender du yoghurtapparat, hæld mælken i beholderne og tænd for apparatet.

Anvender du ikke yoghurtapparat, hældes mælken i en passende beholder med låg. Vikl et håndklæde om beholderen og stil den et lunt sted f.eks. i fyrrummet, en ovn, i en hokasse, under dynen eller i en termoboks.

- Mælken skal syrne ved cirka 42°C i 6-12 timer hvis du anvendte starterkultur, eller 4-8 timer hvis du anvendte frisk yoghurt som starter. Mælken kan syrnes i flere timer hvis du ønsker, men den bliver derved også mere syrlig.



- Når mælken er syrnede kan den stadig være ret tyndtflydende. Flyt beholderen til køleskabet for færdigmodning i mindst 8 timer. Derefter er yoghurten klar og kan holde sig på køl i mindst en uge.

Tips:

Ønsker du en mere tyktflydende yoghurt, kan du opvarme mælken til 85°C og derefter køle den hurtigt ned til 42°C i et vandbad, inden du tilsætter starteren.

Hvis du er påpasselig med hygiejnen undervejs, kan den frisklavede yoghurt bruges til at igangsætte nye yoghurt portioner mange gange, men bemærk noten nedenfor. Når smag eller struktur ændres markant, må du starte påny med frisk starter.

Ønsker du at tilsætte frugt eller marmelade til den færdige yoghurt, gøres dette efter at du har taget en frisk portion fra som starter for næste portion.

Noter:

Frisklavet yoghurt fremstillet af frysetørrede starterkulturer leveret i poser er velegnede til at igangsætte nye yoghurtportioner, mens starterkulturerne leveret i genluk glas bør anvendes på ny for hver portion yoghurt du laver. Det skyldes at bakteriesammensætningen i disse kulturer sjældent kan videreføres fra portion til portion, med samme gode resultat, som når du anvender den friske starterkultur.

Grynet yoghurt kan forekomme hvis mælken rystes under syrningen eller den syrnes for længe. Reducer da syringstiden for næste portion eller anvend mindre mængde starter for at sænke syrningshastigheden.