Lactopia

Lactopia GmbH
Universität des Saarlandes
Starterzentrum Geb. A 1. 2
66123 Saarbrücken

Fon +49 681 / 302-71258
Fax +49 681 / 302-2578
Web www.lactopia.de
Email info@lactopia.de

Produktinformationen

Herstellung von stichfesten oder cremigen Joghurt aus Kuhmilch mit Yo-Maker-Joghurtkulturen

Was brauchen Sie?

Sie benötigen für dieses Rezept

- einen Liter Milch (bzw. einen halben Liter bei halben Rezept),
- einen Joghurtbereiter wie z.B. den Yo-Maker oder ein anderes temperierbares Gefäß und natürlich die Lactopia-YO-Maker-Joghurtkulturen.

Die Milch

Der Joghurt gelingt grundsätzlich mit jeder Milch. Für die Qualität eines guten Joghurts spielt die Milch jedoch eine große Rolle. Natürlich macht eine qualitativ gute Milch auch einen leckeren Joghurt. Wir empfehlen Bio-Milch oder zumindest traditionell hergestellte Vollmilch (*nicht* länger haltbar). Ein Joghurt aus Milch mit höherem Fettgehalt wird cremiger und schmeckt vollmundiger.

Sollten Sie frische Rohmilch vom Bauer oder einem Molkereibetrieb beziehen, muss diese unbedingt zuvor 5 min auf 80°C erhitzt werden.

Die Milch sollte handwarm (aber keinesfalls über 40 °C) sein, wenn Sie die Kultivierung starten. Wenn die Milch direkt aus dem Kühlschrank kommt, lassen Sie diese vor dem Starten erst auf Raumtemperatur warm werden, bevor Sie die nächsten Schritte durchführen.

Der YO-Maker

Wenn Sie den Lactopia-YO-Maker verwenden, kochen Sie diesen bitte 2-3 mal vor erstmaligem Gebrauch aus. Gleiches gilt auch für Bereiter anderer Hersteller. Wenn Sie keinen Joghurtbereiter haben, können Sie alternativ auch Joghurt auf der Heizung herstellen oder in einem anderen temperierfähigen Gefäß. Die Temperatur im Bereiter darf 40 °C nicht übersteigen. **Das Einhalten der richtigen Temperatur ist essentiell für den Herstellprozess.**

Überimpfen von Joghurt

Grundsätzlich können Sie Ihren selbstgemachten Joghurt auch zum Überimpfen von neuem Joghurt verwenden. Da diesem aber dann Inulin und Magermilchpulver fehlen, wird dieser nicht mehr stichfest werden. Außerdem kann sich die Zusammensetzung der Kulturen beim Überimpfen verändern oder Fremdkulturen eingeschleppt werden. Wenn Sie optimale probiotische Qualität genießen wollen, verwenden Sie frische Starter-Kulturen.

Durchführung

- Nehmen Sie das absolut saubere Innengefäß des YO-Makers heraus und füllen Sie es zur Hälfte mit Milch. Geben Sie dann unter Rühren langsam den Beutel (bzw. bei der Vorteilsdose 4 gehäufte Esslöffel) Starterkulturen hinzu. Verwenden Sie zum Rühren einen elektrischen Handmixer, einen Schneebesen, notfalls auch eine Gabel. Es sollte dabei keine Klümpchen entstehen. Danach geben Sie die restliche Milch hinzu.
  Wenn Sie mit halbem Rezept arbeiten, nehmen Sie entsprechend auch nur die halbe Menge Starterkulturen.

- Geben Sie bis zur Markierung (=Max) abgekochtes, aber nicht mehr siedendes Wasser in den Yo-Maker und stellen Sie nun das Innengefäß hinein. Deckel drauf und Uhrzeit nehmen. Das Wasser muss während der Kultivierung nicht erneuert werden, es sei denn Sie wollen die Inkubationszeit beschleunigen. Die Kultivierungszeit liegt zwischen 8 und 24 Stunden. Der Joghurt ist gut, wenn er stichfest wird. Kultivieren Sie länger, wird der Joghurt saurer. Kultivieren Sie kürzer, erhalten Sie einen sehr milden Joghurt, der aber nicht stichfest ist. Probieren Sie aus, wie Sie Ihren Joghurt am liebsten mögen.
  Falls Sie sogar die Option zum Messen des Säuregehalts haben (z.B. mit Indikatorpapier), können Sie diesen während der Kultivierung verfolgen. Bei einem pH-Wert von 4,5 hat der Joghurt eine optimale Säuerung erreicht.

- Nach der Kultivierungszeit nehmen Sie das Innengefäß aus dem YO-Maker und stellen den Joghurt für mehrere Stunden im Kühlschrank kalt. Man kann diesen auch auf mehrere Gläser portionieren.
  Wenn Sie cremigen Joghurt möchten, sollten Sie vor der Kühlphase mit einem Löffel den Joghurt umrühren, ihn aber dann wieder ruhen lassen. Früchte oder Marmelade etc. können sie nach Belieben vor oder nach der Kühlphase zugeben.

- Im Kühlschrank und unter sauberen Bedingungen kann der Joghurt bis zu einer Woche gelagert werden.

- Tipp: Wenn Sie etwas Erfahrung mit dem YO-Maker gesammelt haben, können Sie auch schon VOR der Kultivierung Früchte, etwas Fruchtsirup, Milchzucker oder Honig zugeben. Probieren Sie ruhig etwas aus!

- **Angebrochene Starter-Kultur muss im Kühlschrank gelagert werden und sollte zügig aufgebraucht werden.**

Lactopia wünscht guten Appetit!