



Tekst i zdjęcie: **Abdul** - SzeF Kuchni (1320)

## **Domowy jogurt**

Nie ma jak własna fabryka :)

### **Składniki:**

- mleko 3,2 % , 2 l
- jogurt naturalny, 0.5 szkl.
- jogurt owocowy, 1 szt.

### **Sposób przygotowania:**

Zagotuj mleko i schłódź je do temperatury ok. 45 st. C. Jeżeli nie masz termometru, możesz sprawdzić to w prosty sposób: włóż do mleka palec na około 10 sekund. Mleko powinno być bardzo ciepłe, ale nie parzyć. Zmieszaj jogurt ze szklanką ciepłego mleka i wlej z powrotem do garnka. Wymieszaj, przykryj pokrywką i odstaw w ciepłe miejsce. Bakterie jogurtowe potrzebują kilka godzin w ciepłe i spokoju, aby się rozmnożyć i zamienić mleko w jogurt. Postaraj się, aby temperatura mleka w tym czasie nie spadała. Owiń garnek ręcznikiem i postaw obok źródła ciepła, ja stawiam go koło kaloryfera. Nie ruszaj garnka. Najwygodniej jest nastawiać jogurt na noc. Po ośmiu godzinach jogurt powinien być gotowy. Trzymaj go w lodówce, aby nie skwaśniał. Jest dobry przez cztery - pięć dni. Następny jogurt możesz już robić korzystając z własnego zaczynu.

