



swissmilk



Kindergarten/Unterstufe

Name: _____

Jogurt selbst gemacht

Jogurt selber machen, ist einfach und hat Vorteile: Man kann selber entscheiden, welche Zutaten ins Jogurt kommen. Es sind keine Zusatzstoffe nötig.

Ausserdem ist es für Kinder interessant zu entdecken, wie aus flüssiger Milch cremiges Jogurt entsteht.

Grundzubereitung

Zubereitung: ca. 15 Minuten

Kühl stellen: 24 Stunden

Für 8 Gläser oder 1 Liter Jogurt

9 dl Vollmilch, pasteurisiert
oder UHT
Thermometer

Milch auf 42 bis 45 °C erwärmen.
Temperatur mit dem Thermo-
meter kontrollieren.

2 – 3 EL Magermilchpulver

Mit einer Gabel einrühren.

2 EL Jogurt nature

Mit einer Gabel einrühren.

Jogurt-Apparat mit
8 Gläsern oder einem
Liter-Gefäss

Die geimpfte Milch abfüllen und
gemäss Herstellerangaben warm
halten. Dann bei Zimmertempe-
ratur auskühlen lassen.

Das Jogurt nach dem Säuerungs-
prozess mind. 24 Stunden im
Kühlschrank auskühlen lassen.



Tipps

- Temperatur: Die Milchsäurebakterien sterben bei Temperaturen über 45 °C ab.
- Gabel: Zum Rühren eine Gabel verwenden, damit kein Milchschaum entsteht.
- Magermilchpulver: Macht das Jogurt cremiger und fester.
- Mildes Jogurt: Zum Impfen Rahmjogurt (griechische Art) verwenden.
- Ruhen lassen: Jogurt während der Säuerung nicht bewegen oder umrühren.



swissmilk

Kindergarten/Unterstufe

Name: _____



Erdbeer-Jogurt

Zubereitung: ca. 15 Minuten

Kühl stellen: 24 Stunden

Für 8 Gläser

350 g Erdbeeren, gerüstet
und geviertelt
2 EL Erdbeerkonfitüre

7 dl Vollmilch
2 – 3 EL Magermilchpulver
2 EL Jogurt nature zum Impfen

Zubereitung

- 1 Erdbeeren mit 2 EL Wasser in einer kleinen Pfanne kurz aufkochen. Erdbeerkonfitüre darunter rühren. Die Masse in die Gläser verteilen und kurz kühl stellen.
- 2 Die Milch auf 42 bis 45 °C erwärmen. Milchpulver mit einer Gabel einrühren. Mit dem Jogurt impfen.
- 3 Die Jogurtmilch vorsichtig in die Gläser füllen, in den Jogurt-Apparat stellen und gemäss Herstellerangaben warm halten.
- 4 Dann bei Zimmertemperatur auskühlen lassen.
- 5 Das Jogurt nach dem Säuerungsprozess mind. 24 Stunden im Kühlschrank auskühlen lassen.



Schoggi-Jogurt

Zubereitung: ca. 15 Minuten

Kühl stellen: 24 Stunden

Für 8 Gläser

9 dl Vollmilch
50 – 80 g Milkschokolade,
zerbröckelt

2 EL Magermilchpulver
2 EL Rahmjogurt zum Impfen

Zubereitung

- 1 Die Milch auf 42 bis 45 °C erwärmen. Schokolade darin auflösen.
- 2 Milchpulver mit einer Gabel einrühren. Mit dem Jogurt impfen.
- 3 Die Jogurtmilch in die Gläser füllen, in den Jogurt-Apparat stellen und gemäss Herstellerangaben warm halten.
- 4 Dann bei Zimmertemperatur auskühlen lassen.
- 5 Das Jogurt nach dem Säuerungsprozess mind. 24 Stunden im Kühlschrank auskühlen lassen.



Tipps

- Die Mengenangabe für Früchte und Schokolade sind Richtwerte. Die eigene «ideale» Zusammensetzung findet man durch Ausprobieren am besten selber heraus.
- Haltbarkeit: Die Jogurts sind im Kühlschrank 4 – 5 Tage haltbar.