

Ev Yapımı Yoğurt

Sadece süt ve maya kültürü ile otantik Türk ev yapımı yoğurt (Ev Yapımı Yoğurt) yapmayı öğrenin. Geleneksel tekniklerle basit, sağlıklı tarif.

15 min

HAZIRLIK

10 min

PIŞIRME

25 min

TOPLAM

4

PORSİYON

Medium

ZORLUK

Malzemeler

- 4 bardak süt
- 0.5 bardak yoğurt

Yapılışı

- Sütü Isıtın**

4 su bardağı sütü kalın tabanlı bir tencereye dökün. Orta ateşte, ara sıra karıştırarak, sütün kenarlarında küçük kabarcıklar oluşacak şekilde hafif kaynama noktasına gelene kadar yaklaşık 8-10 dakika ısıtın.
- Sütün yapışmasını önlemek ve hafifçe yoğunlaşmasını sağlamak için her 2-3 dakikada bir karıştırarak 5-10 dakika kaynatmaya devam edin.**
- Sütü Soğutun**

Tencereyi ateşten alın ve sıcak sütü temiz cam kavanoze dökün. Süt 43°C'ye (110°F) ulaşana kadar oda sıcaklığında yaklaşık 30-45 dakika soğumaya bırakın.
- Temiz parmağınızı süte batırarak sıcaklığı test edin - sıcak veya soğuk değil, rahatça ılık hissettirmelidir.**
- Başlatıcıyı Ekleyin**

Küçük bir kapta, 0,5 su bardağı sade yoğurdu 2-3 yemek kaşığı ılık sütle topak kalmayacak şekilde tamamen pürüzsüz olana kadar çırpın.
- Yoğurt karışımını temiz tahta kaşıkla kavanozdaki ılık süte geri karıştırın, eşit dağılım için nazikçe ama iyice karıştırın.**
- Create Fermentation Environment**

Kavanoz ağzını temiz kağıt havluyla kapatın ve lastik veya ipe sabitleyin.
- Kapalı kavanozu plastik torbaya koyun ve sıcaklığı korumak için temiz mutfak havlusuyla sarın.**

9

Yoğurdu Fermente Edin

Yaz sıcaklıklarında 1-2 saat veya kış aylarında 3-4 saat boyunca sıcak bir yerde rahatsız etmeden fermente olmaya bırakın, yoğurt koyulaşana ve nazikçe eğildiğinde kıvam alana kadar.

10

Hazır yoğurdu buzdolabına alın ve servis etmeden önce en az 2 saat soğutun.

Besin Değerleri

115	7.8g	12g	4.3g	12g	109mg
KALORI	PROTEIN	KARBONHIDRAT	YAĞ	ŞEKER	SODYUM

Porsiyon başına

İpuçları

En zengin lezzet ve en iyi doku için mümkün olan en taze tam yağlı sütü kullanın. Ultra pastörize süt, protein yapısındaki değişiklikler nedeniyle düzgün kıvam almayabilir.

Yoğurt karışımını karıştırırken her zaman tahta kaşık kullanın, çünkü metal mutfak gereçleri fermentasyon sürecine müdahale edebilir.

Süt sıcaklığını temiz serçe parmağınızla test edin — sıcak değil, rahatça ılık hissettirmelidir. Bu geleneksel yöntem tahminden daha güvenilirdir.

Bir sonraki partiniz için başlatıcı olarak ev yapımı yoğurdunuzdan 2-3 yemek kaşığı saklayın. Taze ev yapımı başlatıcı genellikle marketten alınandan daha iyi çalışır.

Fermente olan yoğurdu hava akımı olmayan, sabit sıcaklıktaki bir alanda tutun. Fermentasyon sırasında kabı hareket ettirmekten veya sallamaktan kaçınin.

Geleneksel ipucunda belirtildiği gibi, gelişmiş lezzet ve iyileştirilmiş doku için saklama kabına bir küp şeker ekleyin.

Mutfağınız çok soğuksa, kapalı kabı hafif ısınan fırında (kapalı) sadece fırın ışığı açık olacak şekilde nazik ısı için yerleştirin.

Daha koyu yoğurt için, başlatıcı kültürü eklemekten önce ılık süte 1-2 yemek kaşığı süt tozu ekleyin.