



# Rezept Naturjoghurt

## Zutaten:

- 1 Liter frische Vollmilch
- 150 g Naturjoghurt (3,5%)
- 1 EL Magermilchpulver



## Herstellung:

1. Die Milch in einen Topf geben und das Magermilchpulver mit einem Schneebesen einrühren.
2. Anschließend solltest du die Milch / Magermilchpulver Mischung auf ca. 37°C erwärmen
3. Jetzt auch den Naturjoghurt einrühren. Ganz wichtig! Die Milch darf nicht wärmer als **höchstens 42°C** sein, ansonsten sterben die Joghurtkulturen ab und du bekommst am Ende nur „warme, saure Milch“. Deshalb gebe ich den Joghurt immer erst am Ende dazu, wenn die Milch die richtige Temperatur hat.
4. Nun kannst du die Milch / Joghurt Mischung in Gläser abfüllen und den Deckel aufschrauben.
5. Der zukünftige Joghurt muss jetzt bei etwa 37° C reifen. Dazu stelle ich ihn in meinen Joghurtbereiter und stelle ihn auf 10 Stunden ein.
6. Zu guter Letzt muss der Naturjoghurt jetzt noch auskühlen und nachreifen. Dazu stellst du ihn einfach mehrere Stunden (über Nacht) in den Kühlschrank. Am nächsten Morgen ist er dann verzehrfertig.