



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](http://BanuAtabay.com)

EV YOĞURDU

Yoğurdunuz için ham madde olarak kullanabileceğiniz, içinde koruyucu katkı maddeleri bulunmayan açık süt ya da günlük süt gibi seçenekler bulunmaktadır. Sütün daha doğal olması ve kıvamının daha iyi tutturulabilmesi için bu üç seçenekten birini kullanabilirsiniz.

Aldığınız sütü tercihen çelik bir tencerede taşma noktasına gelinceye kadar aralarda karıştırarak kaynatın. Süt taşacak gibi olunca ocağın altını iyice kısarak yaklaşık 15 dakika daha kaynamasını sağlayın.

Yoğurdun ideal mayalanma sıcaklığı 45 derece civarındadır. Eğer termometreniz yoksa serçe parmağınızı süre batırınca yaklaşık 7 saniye yanmadan sütün içinde tutabiliyor olmanız gerekir. Sütün daha sıcak olması halinde yoğurt ekşirken, daha soğuk olduğunda ise yoğurt tutmayabilir.

Yoğurt mayası olarak yine yoğurt kullanılır. Eğer ilk kez yoğurt yapacaksanız çevrenizde yoğurt mayalayan birinden bir miktar yoğurt isteyerek bunu maya olarak kullanabilirsiniz. Eğer öyle bir ihtimaliniz yoksa katkı maddesi içermeyen organik yoğurtlardan tercih edebilirsiniz. 1 litre süt için 1 tatlı kaşığı kadar yoğurt koymanız yeterli olacaktır. Kaseye koyduğunuz yoğurdun üstüne bir miktar süt ekleyerek iyice karıştırın.

Tenceredeki ya da kaplara bölünmüş sütün üstüne kasede hazırlamış olduğunuz mayayı ekleyin. Her yere dağılması için sütü güzelce karıştırın.

Sütü mayaladığınız kapları bezlerle sararak sütün daha yavaş soğumasını sağlamanız gerek. Kapları bezle sarmak yerine önceden 50 derecede ısıtılıp biraz soğutulmuş fırına da koyabilirsiniz. Kapların ağzının açık olması yoğurdun daha az sulanması açısından tercih edilmektedir. Doğru ortamı sağladıktan sonra kapların sabit durup hareket ettirilmediğinden emin olun.

Ortalama olarak 4 saat sonra yoğurdunuzun kıvamını kontrol edin. Kıvamını yeterli buluyorsanız yoğurdu buzdolabına kaldırıp 24 saat sonra tüketmeye başlayabilirsiniz.

