



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

YOĞURT

Yoğurt, sütün mayalanmasıyla oluşan beyaz koyu kıvamda süt ürünüdür. Tam yağlı ve yarım yağlı olarak ikiye ayrılır.

Sütün yoğurda dönüşmesini "Türk Basili" denen ve laktik asit çıkaran bir mikroorganizma sağlar.

Yoğurt Türleri:

Sade yoğurt: Ilık süte eklenen mayayla ılık bir ortamda bekletilmek suretiyle hazırlanan kaymaklı yoğurt türüdür.

Yoğurdun en doğal hâlidir.

Aromalı yoğurt: Aromalı yoğurt meyveli ve şekerli olarak ikiye ayrılır. İlk olarak İsviçre'de yapılmıştır. En yaygın olanı çilekli yoğurttur.

Silivri tipi: İstanbul civarındaki Silivri köylerine has olan bu yoğurdun özelliği koyun sütünden yapılmış olmasıdır.

Diğer yoğurtlardan daha lezzetli, sert ve bol kaymaklıdır.

Dayanıklı(süzme)yoğurt: Yoğurt uzun müddet saklamak için torbalarda süzülerek katı bir hâl alır. Kullanılacağı zaman suyla inceltir.