Joghurt aus Schafsmilch

Joghurt aus Schafsmilch ist besonders bekömmlich und ideal für Ihr Immunsystem. Schafsmilch ruft zudem weniger Allergien hervor als konventionelle Kuhmilch, da sie weniger Casein enthält.



**Sie benötigen:**

* Topf
* Schneebesen, Quirl
* Thermometer
* 1 Liter Schafsmilch
* Joghurtkultur speziell für Schafsmilch

**So wird’s gemacht:**

1. Die Schafsmilch auf 45°C erwärmen.
2. Danach eine Messerspitze der Joghurtkultur einrühren.
3. Die Schafsmilch für 3 – 4 Stunden bei 45°C reifen lassen.
4. Die Masse in Gläser füllen und bei mollig warmer Zimmertemperatur ca. 12 Std. stehen lassen.
5. Den Joghurt nach eigenem Geschmack mit frischen Früchten, Fruchtzubereitungen oder Marmelade verfeinern und genießen.

**Gut zu wissen:**

Ein Joghurtbereiter hat viele Vorteile, der Arbeitsaufwand ist gering und die Temperatur kann einfach geregelt werden.

Joghurt kann aber auch manuell  - auf vielerlei Arten - warmgehalten werden. Je nach Variante liegt die Säuerungszeit zwischen 12 bis 24 Stunden.

Hier ein paar Tipps zum Warmhalten der Joghurtgläser:

* Auf die Heizung stellen.
* In ein dickes Handtuch wickeln.
* In den Backoffen geben und die Temperatur auf die niedrigste Stufe einstellen (hier beträgt die Säuerungszeit nur noch 8 bis 10 Std.).
* In ein heißes Wasserbad geben.
* Oder Omas Tipp: in das warme Bett unter die Decke packen.