Rezept

# Paneer – Frischkäse

Ein Rezept von Paneer – Frischkäse, am 28.04.2024

## Zutaten

- **2 l** frische Vollmilch
- 6-8 EL Zitronensaft oder Branntweinessig

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Zutaten für 4 Personen (ergibt etwa 250 g Frischkäse): | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 140 kcal

## Zubereitung

1. Die Milch in einen großen Topf schütten und ganz langsam bei mittlerer Hitze zum Kochen bringen. Dabei am Anfang ab und zu, später kräftig mit dem Schneebesen rühren, damit die Milch nicht anbrennt.

2. Sobald die Milch kocht, den Zitronensaft oder Branntweinessig einrühren und nur noch so lange auf dem Herd lassen, bis sich die gelbliche, flüssige Molke von der weißen, flockigen Käsemasse trennt. Wenn das nicht richtig klappt, etwas mehr Zitronensaft oder Essig zugeben und kurz weiterköcheln lassen.

3. Den ganzen Topfinhalt dann in ein feinmaschiges Sieb gießen und 1/2 Minute mit kaltem Wasser abbrausen, dabei mit einem Löffel gut durchrühren. Dann die Käsekrümel im Sieb abtropfen lassen. Eine Schüssel mit einem Küchen- oder Mulltuch ausschlagen und die Krümel hineinschütten. Das Tuch fest von oben zusammendrehen und -drücken, damit so viel Flüssigkeit wie möglich aus dem Käse abfließt.

4. Jetzt das Tuch mit dem Käse in eine Schale legen und den Käse darin etwa 2 cm hoch mit den Fingern festdrücken. Die Seiten des Tuches über den Käse schlagen und ein Küchenbrett oder einen Teller darauf legen. In den Kühlschrank stellen und mit möglichst großen Konservendosen beschweren. In 6-8 Stunden (noch besser über Nacht) wird der Käse dann fest und kann geschnitten werden.