

Rezept

# Joghurt

Ein Rezept von Joghurt, am 23.04.2024

## Zutaten

- |   |  |
|---|--|
| <b>1 l</b> frische Milch (3,5 % Fett oder fettarm, keine H-Milch nehmen!) | <b>150 g</b> Naturjoghurt (3,5 % Fett, nicht wärmebehandelt und ohne Zusätze!) |
| (digitales) Küchenthermometer   |  |

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Zutaten für 4 Twist-off-Gläser (je etwa 1/4 l) | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 185 kcal

## Zubereitung

1. Die Milch in einem Topf auf 90 Grad erhitzen (am besten mit dem Thermometer messen; die Temperatur ist erreicht, kurz bevor die Milch kocht). Dann die Milch auf 50 Grad abkühlen lassen (wieder messen), das dauert gute 15 Minuten.

---

2. Den Backofen auf 50 Grad einschalten (Ober- und Unterhitze nehmen, Umluft ist nicht empfehlenswert). Die gründlich gesäuberten Gläser bereitstellen.

---

3. Den Joghurt mit dem Schneebesen unter die Milch rühren. Die Mischung in die Gläser verteilen, auf dem Blech in den Ofen (Mitte) stellen und 30 Minuten darin ruhen lassen. Dann den Ofen ausschalten und den Joghurt weitere 8 Stunden im Ofen stehen lassen.

---

4. Der Joghurt ist nach dieser Zeit zwar fest, schmeckt aber gekühlt viel besser: deshalb noch mindestens 1 Stunde in den Kühlschrank stellen, bevor man ihn dann genießt. Und: Richtig fein schmeckt er 3-4 Tage lang, danach ist er zwar nicht schlecht, hat aber seine Frische doch ein bisschen verloren.