

Kefir selber machen

1 Liter H-Milch (eignet sich am besten, muss nicht erhitzt werden) mit 3,5 % oder 1,5 % Fett in Kochtopf geben.

Hinweis: Bei Rohmilch wird empfohlen, die Milch auf ca. 90°C für 10 Minuten zu erhitzen, um möglichst viele produktschädliche Keime abzutöten.



Anwärmen auf ca. 50°C



½ Teelöffel (ca. 0,5g) Kefirkultur KFB1 zugeben, gut verrühren und in 1 Liter Glas abfüllen.®



Reifen für ca. 13 – 15 Stunden bei 35 – 40 °C, (bis gewünschte Festigkeit erreicht)
Glas auf warmen Heizkörper stellen in Handtücher einwickeln oder in eine Styroporbox (Joghurtbox) stellen, damit die Reifetemperatur gehalten wird.



Nach Reifung Gallerte umrühren, im Kühlschrank runter kühlen und lagern

Alle Angaben sind Richtwerte (ohne Gewähr) und können nach Belieben verändert werden.

Viel Spaß beim selber machen, wünscht:

www.kaese-selber.de