

DICKMILCH, QUARK & FRISCHKÄSE

Traditionelle Milchprodukte Schritt für Schritt selbst gemacht



1

Dickmilch ansetzen

Rohmilch oder traditionell hergestellte Frischmilch auf 37 °C erwärmen. Eine Messerspitze Käsekultur und 1 Esslöffel Naturjoghurt zugeben, gut verrühren und den Topf abgedeckt stehen lassen. Am nächsten Tag ist die Milch sauer und heißt Dickmilch. Ist sie noch zu flüssig, einfach länger stehen lassen. Die Dickmilch kann wie Joghurt gegessen werden.

2

Aus Dickmilch wird Quark

Die saure Dickmilch mit einem Messer in grobe Stücke schneiden und auf 38-40 °C nachwärmen. Das Ganze vorsichtig bewegen, aber nicht rühren. Anschließend in ein Baumwolltuch geben und in einem Nudelsieb abtropfen lassen. Bei Bedarf leicht beschweren, zum Beispiel mit einem Kuchenteller und einem kleinen Glas Honig oder Joghurt.

Ohne Pressen bleibt der Quark weicher. Je mehr Flüssigkeit abläuft, desto trockener wird er - ähnlich wie Topfen.

3

Friskäse & Varianten

Friskäse: Den Quark in eine Schüssel geben, etwas Sahne hinzufügen und mit einem Rührgerät cremig schlagen.

Magerquark: Quark aus Magermilch herstellen.

Skyr: Eine saure Kultur verwenden.

Joquark: Quark und Joghurt etwa halb und halb miteinander verrühren.

4

Herzhaft oder fruchtig

Für eine herzhaft Variante frische oder getrocknete Kräuter und etwas Salz unterrühren. Ohne Salz lässt sich daraus auch eine fruchtige Variante zubereiten.

Einfach ausprobieren und die Lieblingsvariante entdecken.



Aus Milch, etwas Kultur und Zeit entstehen viele feine Möglichkeiten.

Viel Spaß beim Ausprobieren · Georg