

РЕЦЕПТ ПРИГОТУВАННЯ КЕФІРУ

1. Свіже молоко нагріти до температури 32°C. Найкраще для цієї мети використовувати водяну баню, але можна використовувати самий повільний нагрів на плиті.
2. Висипати закваску рівномірно на поверхню молока і дати 1 хвилину зволожити порошок з бактеріями. Це дія запобігає злипанню бактерій в грудку. Потім акуратно перемішати шумівкою протягом 1 хвилини.
3. Створити теплоізоляцію ємності з молоком. Можна обернути кілька разів рушником або поставити в тепле місце. Основне завдання, щоб температура молока була тривалий час не нижче 25°C і не вище 35°C. При більш низькій температурі бактеріальна закваска виконає свою роботу не так швидко, але кефір всеодно у вас вийде.
4. Дозрівання кефіру 12 годин. За цей час комплекс культур кисломолочних бактерій перетворить молоко на кефір. Консистенція готового кефіру однорідна, з дрібними молочними пластівцями. Смак особливий!