

ПОДГОТОВКА



Изучение данного раздела является обязательным и закрывает большую часть вопросов при приготовлении молочной продукции.

Вы можете начать с приготовления любого рецепта!

Технология приготовления

О закваске

1 саше закваски Иван Поле = 1 чайная мерная ложка (соответственно, 1/4 саше = 1/4 чайной мерной ложке).

В одном саше - не менее $1 \cdot 10^9$ КОЕ/г.

Описание:

- УНИКАЛЬНЫЙ СОСТАВ МИКРООРГАНИЗМОВ СПЕЦИАЛЬНО ДЛЯ РАСТИТЕЛЬНОГО СЫРЬЯ: подходит для сквашивания всех типов растительного молока
- УЛУЧШАЕТ ПИЩЕВАРЕНИЕ: благодаря уникально подобранному составу микрофлоры нормализует обмен веществ и пищеварение.
- ГОТОВИТСЯ ОТ 4 ДО 8 ЧАСОВ: можно приготовить без йогуртницы.

Альтернативы:

Вы можете попробовать разные веганские закваски для растительного молока.

В странах СНГ сейчас популярна закваска VIVO vegan - производят на Украине, из Российских маркетплейсов пропала.

На iHerb всем известный веган пробиотик Lactobif - раньше пробовала делать на нем кокосовый йогурт и в одно время часто делала кешью-сметану, получается вкусно, я всегда использовала капсулу 30 КОЕ. Поскольку это все таки пробиотик для приема внутрь, а не для закваски, то как альтернативу, во всех рецептах, кроме твердого сыра, я использовала бы по 1 капсуле на указанное количество ингредиентов, а в твердом сыре - 2 капсулы. Однако надо пробовать опытным путем. Также на iHerb есть веган закваски специально для орехового йогурта, года 2 назад я пробовала и мне совсем не понравился результат, поэтому, думаю, стоит начать с Lactobif.

Как рассчитать количество закваски, если вы используете другую закваску (не Иван Поле)? На любой закваске указаны пропорции, в каком количестве молока разводить; так, если 1 саше рассчитано на 1 литр молока, то делим саше на 4 части - и каждую часть используем на 250 мл молока.

Агар-агар

Можно использовать любой (бывает, на пачке указывают силу агара, например, силой 900, такой обычно используют для зефира, но я во всех рецептах курса готовила с агаром без указания силы (ссылку добавила), однако для рассольного сыра я все же порекомендовала бы агар силой 900 или 1200).

Какую посуду использовать для ферментирования:

стеклянные банки, стеклянные контейнеры и керамические тарелки.

Нюансы

Про жирность и стабилизацию в холодильнике

Я не рекомендую заменять в своих рецептах кокосовое на другие виды растительного молока, но также знаю, что многие будут пробовать. Просто хочу что б вы взяли на заметку, что от жирности и концентрации молока зависит его способность застывать, кокосовое молоко содержит кокосовый жир, а кокосовый жир относится к твердым - поэтому в холоде хорошо стабилизируется, с другими видами молока вам сразу надо будет брать больше агара, но не факт, что текстура и вкус вас устроят (надо будет экспериментировать).

В процессе разработки рецептов для этого курса я пришла к выводу, что самыми вкусными и больше всего похожими на оригинал получаются молочные продукты на кокосовом молоке и кокосовой продукции.

Кешью-молоко

Я пробовала работать с кешью, делала на нем йогурт, сыр, сметану, но мне не понравился результат, во всяком случае на закваске Иван Поле. Единственный рецепт на кешью, который я решила оставить - это сыр моцарелла для пиццы. Он получается интересным на вкус и хорошо плавится на пицце. Также использовала кешью в твердом выдержанном сыре, но в комбинации с кокосовой продукцией.

Особенности кешью молока: при нагревании густеет. При ферментации не очень похоже на классическую молочную продукцию.

Миндальное молоко

Миндальное молоко мало похоже на коровье на вкус, а запах мне напоминает дрожжевую опару, особенно, если ферментировать миндальное молоко самостоятельно без добавления кокосовой продукции.

Но, в комбинации с кокосовым молоком некоторые рецепты даже выигрывают. Дело в том, что кокосовое молоко дает небольшую сладость продукции, и после ферментации продукты получаются приятно кисло-сладковатыми. Это очень здорово для йогурта, творога, сметаны и даже творожного сыра. Однако в твердом и адыгейском хочется более нейтрального солоноватого вкуса. В твердом выдержанном сыре кокосовое молоко в комбинации с кешью дает «сливочный» вкус. А вот в молодом сыре (по типу адыгейского) сладость кажется неуместной, поэтому разбавляем кокосовое молоко миндальным и получается нечто нейтральное.

! Для чего греть молоко - доводим до кипения, чтобы снизить вероятность роста патогенных бактерий, и тем самым, увеличить срок хранения кисломолочных продуктов.

! Во всех рецептах я ставила ферментировать молочку на 35 градусов, если температура ниже, например от 30-33 - то прибавляйте ко времени 1-2 часа ферментации.

В чем греть? Варианты: йогуртница (банально), дегидратор, мультиварка с функцией йогуртницы, матерчатая грелка для тела или супер идея - грелка для детских бутылочек!!!!

Марлю покупаю в аптеке, ошпариваю кипятком, оставляю, когда вода остынет, отжимаю, просушиваю и только после этого использую.

Инвентарь

- Формы для сыра (в разделе «Где купить»);
- Марля (в аптеке);
- Мешочек для отжима орехового молока (есть на маркетплейсах);
- Мерные ложки (любые, продаются в отделах с посудой);
- Термометр (любой кухонный термощуп) / можно определять температуру руками :) // 36-40С - чуть теплее ваших рук.
- Йогуртница, дегидратор, грелка для детских бутылочек, мультиварка с функцией йогуртницы и т.д. - что угодно для поддержания тепла.

Где купить

Vegan Закваска Иван Поле <https://www.wildberries.ru/catalog/48357117/detail.aspx>

Форма для сыра любая, у меня ВОТ ТАКАЯ <https://www.wildberries.ru/catalog/91011344/detail.aspx>

и такая <https://www.wildberries.ru/catalog/118271261/detail.aspx>

Форма для масла (форма для льда) <https://www.wildberries.ru/catalog/83775490/detail.aspx>

Форма для сыра квадратная <https://www.wildberries.ru/catalog/42348950/detail.aspx>

Кокосовое молоко Vico Rich <https://www.wildberries.ru/catalog/11737236/detail.aspx>

Кокосовая мука Ufood Market 500r <https://www.wildberries.ru/catalog/155797884/detail.aspx>

или кокосовая мука 1 кг <https://www.wildberries.ru/catalog/13831311/detail.aspx>

Кокосовая стружка МЕЛКАЯ UfoodMarket <https://www.wildberries.ru/catalog/13831312/detail.aspx>

Агар-агар любой (для рассольного лучше заказать силой 900), но у меня самый обычный (сила не указана, но мне нравится этот <https://www.wildberries.ru/catalog/97648167/detail.aspx?size=154732051>)

мерные ложки похожие на мои вот <https://www.wildberries.ru/catalog/139443419/detail.aspx>

Мерные ложки / граммы

!! Обещала дать вам агар и закваску в граммах (не ручаюсь за точность своих китайских ювелирных весов, даю примерные показатели), для того и другого вес одинаковый практически:

Агар/ закваска (мерные ложки):

1/4 ч.л. - 0,7-0,8 г

1/2 ч.л. - 1,4-1,5 г

1 ч.л. - 2,2-2,5 г (не 2,8 и не 3 :))