

Недавно стала обладательницей йогуртницы! Увидела в магазине такую чудо-вещь и заинтересовалась как она работает… Почитала в интернете отзывы, описания и решила – надо покупать!

В общем, примерная цена простой йогуртницы 1500 рублей. Она из себя представляет чашу-контейнер плюс 5-7 баночек с крышками. Сначала о баночках, чем больше баночек, тем лучше, хотя можно просто использовать стеклянные баночки из под детского питания.

Главное, чтобы баночки были стеклянными, иначе в процессе нагревания из пластика могут выделяться всякие вредные вещества. Баночки очень удобны – сколько баночек, столько порций йогурта – достал одну, добавил разных наполнителей по вкусу, съел и все! Не надо перекладывать, переливать.

Контейнер – представляет собой главный механизм очень простой по своей сути – он просто поддерживает оптимальную температуру, примерно 40 градусов, в течении времени приготовления.



Йогуртницы производят не так уж много фирм – обычно это **Moulinex** или **Tefal**. У меня самая простая фирмы
Moulinex
. Дело каждого – хочется Вам переплачивать за количество баночек, за таймер и прочие навороты или Вы обойдетесь баночками из под детского питания и будете сами выключать йогуртницу по истечении времени приготовления. У меня присутствует только 7 баночек и кнопка включения. Хотя таймер очень удобная вещь – иногда ставишь йогурт поздно, а готовится он примерно 5-7 часов, и не надо ночью вставать и выключать, йогуртница сама об этом позаботится.

И еще немного информации о получаемом продукте, то есть йогурте. Главная причина, которая меня подтолкнула на покупку этого прибора – это ненатуральность наших «йогуртов». Все даноны, эрмигурты и прочие содержат в себе какие-то **консерванты, крахмал, сухие добавки, примеси и прочую ерунду**
, хотя в Болгарии, на родине йогурта, по определению в состав этого продукта не

должно входить никаких ненатуральных примесей, иначе этот продукт должен называться как-то по-другому. Натуральные же йогурты, актимели, имунелли и прочие, стоят очень даже не дешево, с учетом того, что им даже перекусить и он слишком жидкий, что мне, например, не нравится.

Домашний йогурт, приготовляемый с помощью йогуртницы натуральный, не содержит в себе ничего того, чего Вы сами в него не добавите. Многие советуют регулярно давать его маленьким детям, так как он избавляет от дисбактериоза, которым часто страдают малыши. Да и взрослым тоже будет очень полезно. Часто возникают проблемы с желудком и пищеварением – попробуйте домашний йогурт, чем пить всякие дорогостоящие лекарства, которые не решают проблемы, а просто избавляют от симптомов.

Теперь о приготовлении. Я беру на 7 баночек по 200 мл. литр домашнего молока и две баночки «**Actimel**». Если взять «**Actimel**» со вкусом чего-нибудь, то привкус останется – например, с земляничной остается привкус земляники. А чем жирнее молоко, тем гуще получится йогурт. Вообще лучше для закваски брать болгарскую палочку «Нарине», из которой приготовляется йогуртная закваска, а потом и сам йогурт. «Нарине» продается в аптеке, стоит примерно 100 рублей и хватает ее по отзывам на полгода. У нас, к сожалению, продают только закваску для кефира, который тоже можно делать в йогуртнице. Еще есть говорят закваска для сметаны.

Первый мой опыт был из пастеризованного молока и йогурта «Активия» - получился простой кефир. Потом пробовала еще и в результате поняла, что с пастеризованного молока йогурт у меня не получается. Хотя кто-то пишет, что все нормально. Не знаю, может, у меня руки кривые, или у нас разные представления о йогурте…

Так вот, литр молока нужно **обязательно прокипятить и остудить до комнатной температуры** . Пока молоко остужается, я кипячу чайник и заливаю все баночки до верха кипятком, чтобы простерелизовать их. Вообще самое главное при приготовлении йогурта, чтобы вся посуда была ошпарена, **иначе молоко просто свернется** !

Когда молоко и вода в баночках остынут, молоко процеживаю в другую емкость через сито, а воду из баночек выливаю. В молоко добавляю йогурт и все тщательно перемешиваю. Можно перемешивать миксером – говорят, так получается нежнее. Затем разливаю по баночкам и составляю их в контейнер. Баночки не закрываю. Крышки нужны только для того, чтобы закрыть приготовленный йогурт и убрать его на хранение в холодильник.



