

Как сделать творог в домашних условиях

Творог, приготовленный в домашних условиях, получается нежным, слегка кисловатым и в меру рассыпчатым. У него мягкая, чуть зернистая текстура и свежий молочный вкус без посторонних привкусов. Такой творог заметно нежнее магазинного и не отдаёт кислинкой консервантов. Благодаря простому составу он подходит даже для детского питания.

Порций: около 400 г творога

Подготовка: 10 мин

Готовка: 15 мин

Всего: 25 мин

Состав творога (из 2 л молока — около 400 г готового продукта)

☐ Молоко	2 л	☐ Лимонный сок	30 мл
☐ Кефир	500 мл	☐ Соль	2 г (по желанию)

Как приготовить творог

- 1 Влейте молоко в кастрюлю с толстым дном и нагрейте на среднем огне почти до кипения.
- 2 Влейте кефир тонкой струйкой, помешивая молоко.
- 3 Добавьте лимонный сок и продолжайте нагревать, не доводя до сильного кипения.
- 4 Дождитесь, когда молоко начнёт сворачиваться на творожные хлопья и сыворотку — это займёт 5-7 минут.
- 5 Снимите кастрюлю с огня, как только сыворотка станет прозрачной.
- 6 Застелите дуршлаг марлей в два слоя и вылейте туда содержимое кастрюли.
- 7 Дайте сыворотке стечь самостоятельно в течение 15-20 минут.
- 8 Завяжите марлю узлом и подвесьте творог над раковиной на 1-2 часа для более сухой консистенции.
- 9 Переложите готовый творог в контейнер и уберите в холодильник.

Как подавать творог

Подавайте творог охлаждённым или комнатной температуры — так лучше всего раскрывается его вкус. Он отлично подойдёт на завтрак, как самостоятельное блюдо или основа для сырников и запеканок. Творог хорошо сочетается со сметаной, мёдом, свежими ягодами или зеленью для несладких вариантов. При подаче его можно слегка размять вилкой, чтобы текстура стала более однородной.

Для людей с хроническими заболеваниями

Панкреатит

Выбирайте молоко пониженной жирности (1-1,5%), чтобы снизить нагрузку на поджелудочную железу

Диабет

Готовьте творог без сахара и сочетайте с несладкими фруктами

Гипертония

Уменьшите количество соли или готовьте творог совсем без неё

Цистит

Ограничьте количество лимонного сока, заменив его кефиром для створаживания

Гастрит

Выбирайте свежий творог невысокой кислотности и избегайте излишне кислой сыворотки

Частые вопросы при приготовлении творога

Сколько времени занимает приготовление творога в домашних условиях?

На нагрев молока и створаживание уходит около 15 минут. Ещё 15-20 минут занимает стекание сыворотки, а для более сухого творога потребуется час-два. Благодаря этому весь процесс можно уложить в один вечер.

Какое молоко лучше использовать?

Лучше всего подходит цельное молоко жирностью от 3,2%, потому что творог из него получается более нежным. Молоко с низкой жирностью тоже подойдёт, однако выход готового продукта будет меньше.

Можно ли обойтись без лимонного сока?

Можно, если использовать только кефир — он тоже прекрасно створаживает молоко. Лимонный сок при этом лишь ускоряет процесс и делает его более предсказуемым.

Почему творог получился слишком кислым?

Скорее всего, кефир или молоко были слишком кислыми изначально. Чтобы избежать этого, выбирайте свежие продукты и не передерживайте смесь на огне дольше нужного.

Сколько можно хранить домашний творог?

Храните творог в холодильнике не более трёх суток в закрытой ёмкости. Из-за отсутствия консервантов он портится быстрее магазинного, поэтому лучше готовить его небольшими порциями.

Можно ли заморозить домашний творог?

Заморозить можно, однако после разморозки текстура станет более рыхлой и суховатой. Такой творог лучше использовать для выпечки, а не есть в чистом виде.

Куда использовать оставшуюся сыворотку?

Сыворотку не стоит выливать — она отлично подходит для теста на блины или оладьи. Также на ней можно замешивать домашний хлеб, что делает выпечку более мягкой.

