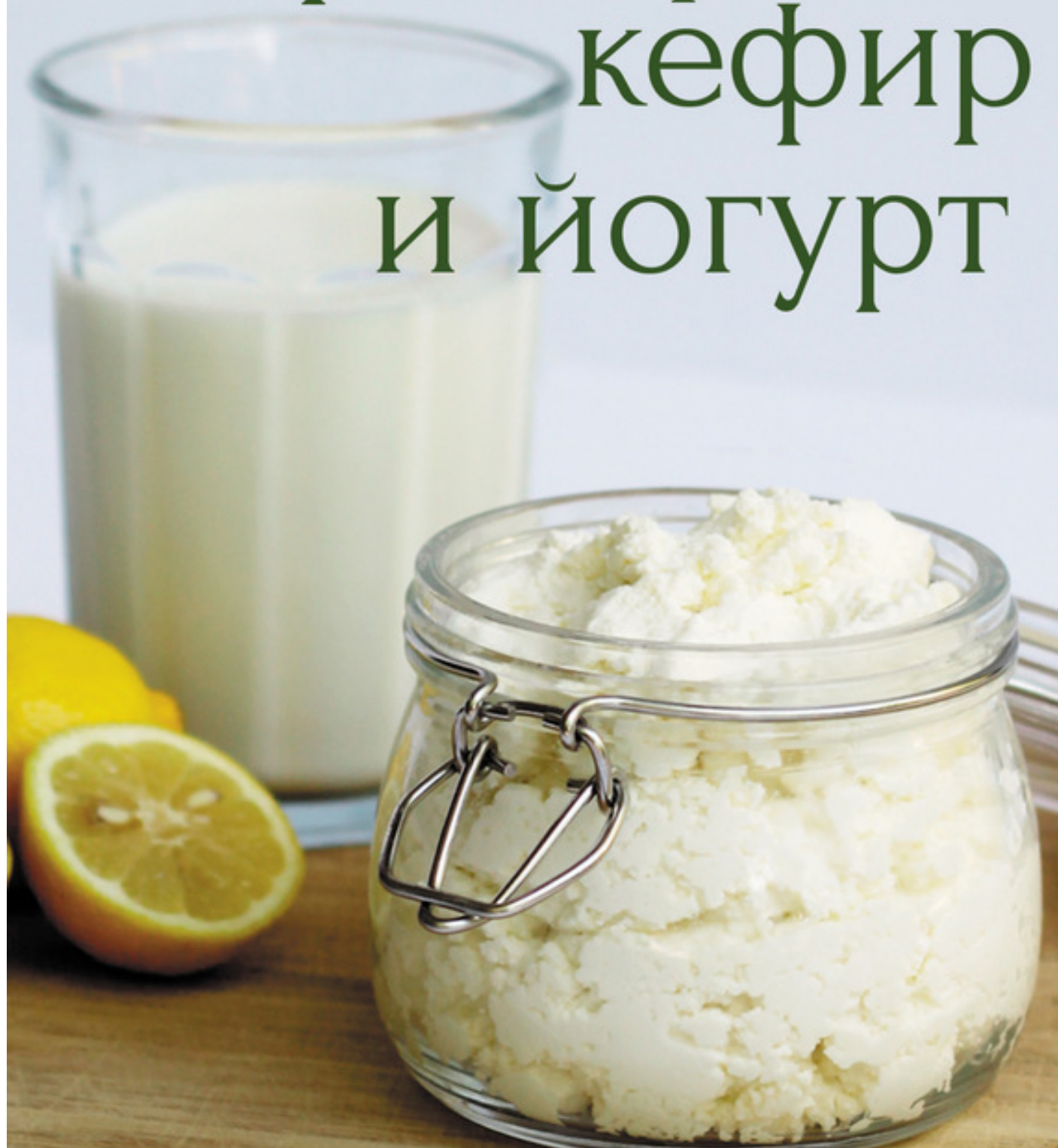


ДОМАШНИЙ сыр, творог, кефир и йогурт



Домашний сыр, творог, кефир и йогурт

«Феникс»

2015

УДК 641/642
ББК 36.992

Домашний сыр, творог, кефир и йогурт / «Феникс», 2015 — (Вкусные штучки)

ISBN 978-5-457-89996-4

Растущая популярность натуральных домашних продуктов полностью оправдана – ведь каждый человек знает, что самой качественной и полезной пищей является та, что приготовлена дома собственными руками. Не исключением являются и продукты, получаемые из молока, – сыр, творог, кефир и йогурт, которые содержат большое количество полезных микроэлементов и витаминов, помогают укрепить иммунитет, нормализовать обмен веществ и даже вылечить многие заболевания. Из данной книги вы узнаете о различных технологиях приготовления домашних молочных продуктов, способах их хранения и самом вкусном применении.

УДК 641/642

ББК 36.992

ISBN 978-5-457-89996-4

, 2015
© Феникс, 2015

Содержание

Введение	5
Сыр	6
Полезные свойства	6
Сорта сыра	8
Твердые сыры	8
Мягкие сыры	8
Плавленные сыры	8
Домашние сыры	8
Приготовление домашнего сыра	10
Твердый острый сыр	10
Панир	10
Сливочный сыр	10
Адыгейский сыр	11
Адыгейский сыр из пахты	11
Адыгейский сыр из творога с укропом	11
Брынза	12
Брынза с чесноком	12
Моцарелла	12
Маскарпоне	13
Крем-сыр маскарпоне	13
Сулугуни	13
Тофу	13
«Филадельфия»	14
Фета	14
Фета с орехами	14
Рикотта	15
Кефирная рикотта со специями	15
Сыр из йогурта с соусом песто	15
Плавленный сыр	16
Плавленный сыр с петрушкой	16
Немолочный сыр	16
Бутербродный сыр	17
Немецкий сыр	17
Коричневый сыр	17
Яичный сыр	18
Десертный французский сыр	18
Блюда из домашнего сыра	19
Закуски	19
Горячие сэндвичи с фетой и салями	19
Крок-месье с моцареллой и лососем	19
Традиционные панини с моцареллой	19
Чизбургеры со спаржей и соевым соусом	20
Конец ознакомительного фрагмента.	21

Домашний сыр, творог, кефир и йогурт

Автор-составитель Мила Солнечная

Введение

Молоко – это уникальный продукт, который не имеет себе равных по содержанию полезных веществ.

Вы удивитесь, но благодаря этому поистине чудодейственному напитку можно укрепить свое здоровье и исцелить многие заболевания, а люди, не употребляющие кисломолочных продуктов, лишают себя целого ряда незаменимых для здоровья веществ, которые трудно найти в какой-либо другой пище. Особенно такие продукты полезны детям.

Однако купленные в магазине творожные сырки, молочные коктейли и даже сыры, изготовленные из сливок на растительной основе с добавлением красителей и консервантов, могут вызвать аллергию или привести к серьезным последствиям для здоровья.

Этого нельзя сказать о пище, приготовленной в домашних условиях. Она легко переваривается, полностью усваивается и не содержит искусственных добавок и усилителей вкуса. Кроме того, домашние кисломолочные продукты обладают диетическими свойствами и способствуют подавлению развития в кишечнике вредных веществ.

В данной книге приведены подробные рекомендации по приготовлению таких молочных продуктов, как сыр, творог, кефир и йогурт, а также рецепты различных блюд с их использованием. Кроме того, даны интересные факты и полезные советы, которые помогут вам в приготовлении того или иного кисломолочного продукта.

Сыр

Полезные свойства

Сыр представляет собой легкоусвояемый молочный продукт, который изготавливают из различных видов молока (коровьего, козьего, овечьего и т. д.), сливок, дрожжей, пахты и бактериологических культур путем окисления.

Сыр занимает одно из первых мест среди продуктов питания, содержащих белки, и является источником необходимых организму человека аминокислот – лизина, метионина и триптофана.

Также сыр содержит большое количество минеральных веществ:

- *кальций*, нормализующий кислотно-щелочной баланс и укрепляющий костную ткань;
- *фосфор*, принимающий участие в процессах обмена энергии, с которыми связана умственная деятельность человека;
- *железо*, входящее в состав гемоглобина, железобелковых комплексов и ферментов, которые обеспечивают клеточное дыхание;
- *калий*, принимающий участие в передаче нервных импульсов, активизирующий выработку ферментов и стабилизирующий артериальное давление;
- *медь*, способствующая выработке красных кровяных телец, укрепляющая кровеносные сосуды и участвующая в обменных процессах;
- *селен*, улучшающий кровоснабжение кожи и препятствующий распространению раковых клеток;
- *цинк*, поддерживающий нормальное состояние крови и участвующий в образовании инсулина;
- *йод*, необходимый для нормального функционирования щитовидной железы и входящий в состав вырабатываемых ею гормонов.

Это интересно!

Самый большой в мире сыр был изготовлен британскими фермерами в 1840 году из молока 780 коров и весил почти 500 кг. Его преподнесли в качестве свадебного подарка королеве Великобритании Виктории и принцу-консорту Германии Альберту. После свадебной церемонии производители сыра захотели забрать сыр-великан и отвезти его на выставку. Однако молодожены с этим не согласились и даже последовал судебный процесс. Какова была дальнейшая судьба этого сыра, история умалчивает.

Кроме того, сыр богат и витаминами А, В₁, В₂, В₁₂, С, D, Е, РР, которые играют огромную роль в нормальном функционировании организма.

Витамин А способствует регенерации тканей, обеспечивает эластичность кожи и волос, препятствует преждевременному старению, повышает иммунитет, является антиоксидантом, нормализует репродуктивную функцию и положительно влияет на зрение.

Витамины группы В участвуют в углеводном обмене, поддерживают стабильность нервной системы, блокируют действие токсических веществ, улучшают циркуляцию крови и защищают организм от старения.

Витамин С необходим для стабильности всех систем организма. Он повышает иммунитет, предохраняет от развития онкологических заболеваний, сбоев сердечно-сосудистой системы, способствует всасыванию железа, является мощным антиоксидантом.

Витамин D требуется для нормального роста костей, регулирует обмен кальция и фосфора, нормализует функции сердечно-сосудистой системы, повышает иммунитет.

Витамин E является мощным антиоксидантом, играет важную роль в репродуктивной функции организма, нормализует кровообращение, участвует в работе щитовидной железы, улучшает зрение, замедляет процессы старения и способствует нормальному функционированию нервной системы.

Витамин PP необходим для выделения энергии из жиров и углеводов, а также для белкового обмена. Он улучшает клеточное дыхание, нормализует функции поджелудочной железы, поддерживает нормальное состояние кожи, препятствует развитию нервных и сердечно-сосудистых заболеваний.

Сорта сыра

Существует огромное количество сортов сыра, которое трудно поддается подсчету, – ведь во многих сыродельных регионах могут его готовить по одному и тому же рецепту, но в итоге получить абсолютно разные продукты.

По консистенции сыры делятся на твердые, мягкие и плавленые сорта.

Твердые сыры

К твердым сырам относятся российский, алтайский, костромской, ярославский, швейцарский, голландский, пармезан, карпатский, станиславский, угличский и др. Вышеперечисленные сыры следует подавать к завтраку, обеду или ужину в качестве закуски.

Твердые сыры изготавливают из творога, который отделяют от сыворотки, промывают и отжимают. Затем нужное количество полученного творога кладут под специальный пресс и выдерживают под ним примерно один месяц, пока не появится характерный вкус. Затем на сыр наносят парафин и оставляют вызревать еще на один месяц.

Мягкие сыры

К мягким сырам относятся дорогобужский, смоленский, рокфор, закусочный, дорожный, медынский. Текстура у таких сыров мягкая, нежная, с характерным сливочным вкусом. Технология их приготовления не требует длительного созревания и прессования, как в случае с твердыми видами сыров. Как только сырная масса отделяется от сыворотки, можно считать, что мягкий сыр готов.

На заметку!

Мягкие сыры – очень нежные и быстро портятся. Поэтому никогда не оставляйте их вне холодильника, не держите открытыми и храните подальше от продуктов, имеющих острый запах.

Плавленые сыры

По сути своей – это подвергшиеся расплавлению твердые или мягкие сыры. Самые вкусные плавленые сыры готовят из разных сортов сыра. Как правило, для обогащения вкуса плавленого сыра добавляют сливки, сметану или другие наполнители (грибы, пряности, шоколад).

Домашние сыры

Домашний сыр еще называют живым сыром. Его изготавливают из отделенного творога с высоким содержанием жидкости, но при этом не подвергают выдержке. Процесс приготовления домашнего сыра влияет на его структуру и полезные свойства.

Спрессованный домашний сыр (панир) способствует увеличению мышечной массы и укреплению костей.

Плавленый домашний сыр практически не оказывает никакого влияния на мышечную массу, однако помогает нормализовать работу слизистых желез в организме, выделению сока поджелудочной железы.

Домашняя брынза, моцарелла или маскарпоне являются прекрасным источником кальция, так как во время приготовления сохраняют все полезные свойства молока или сливок, на основе которых готовятся.

Приготовление домашнего сыра

Твердый острый сыр

Ингредиенты

1 кг творога, 1 л молока, 70–100 г сливочного масла, 5 г соли, 5 г пищевой соды, по 5 г куркумы, карри, перца, асафетида на кончике ножа.

Способ приготовления

Молоко довести до кипения, добавить в него творог, опять довести до кипения, сразу снять с огня. Процедить массу через дуршлаг, застеленный сложенной в два слоя марлей, отжать. Творожную массу обжарить в растопленном масле в течение 1–2 минут, при этом разбивая комки. Довести массу до тягучей консистенции.

Продолжая помешивать, добавить соду, соль, приправы. Затем переложить горячую массу в форму для сыра и остудить.

Панир

Ингредиенты

1 л молока, 150 мл кефира.

Способ приготовления Молоко довести до кипения, перед самым закипанием добавить кефир, снять с огня, тщательно перемешать и оставить смесь на 3 минуты. Дуршлаг застелить марлей в два слоя и откинуть на него творог, чтобы стекла сыворотка.

Завязать плотно марлю и поставить творог под пресс весом 2–3 кг на 30 минут. Затем убрать пресс и вынуть готовый сыр из марли.

На заметку!

В качестве самодельного пресса для приготовления домашнего сыра можно использовать кастрюлю, наполненную водой.

Сливочный сыр

Ингредиенты

1 кг обезжиренного творога, 1 л молока, 3 яйца, 100 г сливочного масла, 5 г пищевой соды, соль.

Способ приготовления

Молоко и творог смешать, довести до кипения, варить 10 минут, постоянно помешивая. Готовую массу откинуть на дуршлаг, застеленный сложенной в два слоя марлей, чтобы стекла сыворотка.

В отдельной посуде смешать стекший творог, яйца, масло, соль, соду и тщательно перемешать. Поставить полученную смесь на средний огонь и, постоянно помешивая, варить в течение 5–7 минут. Когда масса начнет отставать от стенок посуды – сыр готов. Переложить сырную массу на блюдо, накрыть полиэтиленовым пакетом, остудить и поместить в холодильник.

Адыгейский сыр

Ингредиенты

3 л молока, 1 л кефира, 10 г соли.

Способ приготовления Кефир нагреть на слабом огне, постоянно помешивая, пока масса не начнет створаживаться. Процедить сыворотку из получившегося творога через сложенную в два слоя марлю и оставить на 2 дня при комнатной температуре для скисания.

Молоко довести до кипения, добавить полученную сыворотку, варить на слабом огне, пока молоко не свернется, а сырная масса не поднимется. После этого снять с огня, откинуть сыр на дуршлаг, застеленный сложенной в два слоя марлей, добавить в него соль, тщательно перемешать, дать стечь лишней жидкости. Затем сформовать сырную головку, уложить под пресс весом 1 кг и поместить в холодильник на 3–4 часа.

Адыгейский сыр из пахты

Ингредиенты

3,5 л молока, 1 л пахты, соль.

Способ приготовления

Молоко довести до кипения, влить пахту, постоянно помешивая. Молоко разделится на творог и сыворотку.

Полученную смесь процедить через дуршлаг, застеленный сложенной в два слоя марлей, оставить на 2–3 часа, чтобы стекла жидкость. Добавить немного сыворотки и соль. Сыр выложить на чистую поверхность, сформовать шар, обернуть целлофановой пленкой и поставить под пресс весом около 1 кг, поместить в холодильник на 1 сутки.

Это интересно!

Пахта – это кисловатая на вкус жидкость, которая остается после сбивания масла из сметаны или сливок. По пищевым свойствам к пахте близка сыворотка, которую получают во время створаживания молока. Именно в ней, а не в масле и твороге сконцентрирована большая часть биологически активных веществ, в том числе лецитина и холина. Сыр из пахты способствует образованию в организме быстрорастворимых соединений холестерина. Они помогают укрепить стенки кровеносных сосудов и сделать их более эластичными.

Адыгейский сыр из творога с укропом

Ингредиенты 1 л молока, 1 кг творога, 100 г сливочного масла, 3 яйца, 10 мл лимонного сока, 1 пучок зелени укропа, 10 г соли.

Способ приготовления Молоко довести до кипения, добавить творог, тщательно перемешать и варить на слабом огне, помешивая, в течение 40–45 минут. Полученную смесь процедить через дуршлаг, застеленный сложенной в два слоя марлей. В творожную массу добавить слегка взбитые яйца, масло, соль, сок, вымытую и мелко нарезанную зелень укропа, поставить на слабый огонь и варить, помешивая, в течение 15 минут. Готовый сыр переложить в глубокую миску или целлофановый пакет, поместить в холодильник на 1 сутки.

Брынза

Ингредиенты

1 л молока, 60 г сметаны 20 %-й жирности, 40 мл лимонного сока, 5 г соли.

Способ приготовления

Молоко и сметану смешать, поставить на сильный огонь, периодически помешивая. Как только начнется процесс свертывания, добавить лимонный сок, перемешать и подержать на огне еще 2 минуты, чтобы сыворотка окончательно отделилась. Откинуть массу на дуршлаг, застеленный сложенной в два слоя марлей, и сцедить сыворотку. Брынзу обернуть марлей и поставить под пресс на 1,5 часа. Нарезать сыр мелкими кусочками.

Для приготовления рассола соль растворить в 250 мл кипяченой воды и переложить в него сыр. Выдержать брынзу в рассоле не меньше 30 минут, хранить также в нем.

Брынза с чесноком

Ингредиенты

1 л молока, 200 г сметаны 20 %-й жирности, 3 яйца, 3 зубчика чеснока, 40 г соли.

Способ приготовления

Чеснок очистить, вымыть, растолочь. Молоко довести до кипения, добавить соль и взбитые яйца со сметаной. Массу довести до кипения, добавить чеснок и проварить еще 5 минут, постоянно помешивая. За это время сыворотка отделится от массы, и брынза начнет густеть.

Полученную массу откинуть на дуршлаг, застеленный сложенной в четыре слоя марлей, дать сыворотке стечь. Затем в этой же марле уложить брынзу под пресс весом 1 кг, поместить в холодильник на 1 сутки.

На заметку!

Для того чтобы чеснок было легко очистить, нужно положить зубчик на плоскую поверхность и расплющить его широкой поверхностью лезвия ножа.

Моцарелла

Ингредиенты

4 л молока, 3 мл лимонной кислоты, 3 г сычужного фермента.

Способ приготовления

В молоко добавить лимонную кислоту, тщательно перемешать, подогреть до 32 °С, снять с огня, добавить сычужный фермент, разведенный в воде, перемешать, затем накрыть крышкой и оставить на 5-10 минут.

Масса должна превратиться в мягкий сыр (сгусток). С помощью ножа разрезать сыр на кубики размером около 2,5 см. За тем слегка перемешать и нагреть до 43 °С.

Дуршлаг поставить в глубокую миску.

Переложить сыр в дуршлаг шумовкой, дать сыворотке стечь и слить ее в кастрюлю, в которой варился сыр. Нагреть сыворотку до 85 °С.

С помощью шумовки погрузить сыр в горячую сыворотку на 5-10 секунд. Расплавившийся сыр растянуть и сложить. Снова окунуть в горячую сыворотку на 5-10 секунд и снова

растянуть. Повторить несколько раз. Сыр начнет плавиться и станет более эластичным. Когда сыр станет достаточно гладким, скатать сыр шариками или придать форму косички.

На заметку!

Для приготовления моцареллы требуется обычное коровье молоко, которое скисает естественным способом. Если использовать ультрапастеризованное молоко длительного хранения, то кальций и белки будут в процессе приготовления реагировать по-другому, и у вас может получиться вместо моцареллы рикотта. Если сыр оказался суховатым, значит, вы растягивали его слишком долго.

Маскарпоне

Ингредиенты

800 г сметаны 20 %-й жирности, 150 мл молока, 10 мл лимонного сока.

Способ приготовления

Молоко и сметану смешать, поставить на слабый огонь и, постоянно помешивая, довести до температуры 80 °С. Добавить лимонный сок, перемешать и выдерживать на слабом огне в течение 2–3 минут, не доводя до кипения, чтобы сметана створожилась. После этого снять с огня, остудить.

Дуршлаг застелить сложенной в два слоя марлей и откинуть на него творог, чтобы стекла сыворотка. Через 50 минут массу немного отжать. Полученный сыр переложить в посуду с плотно закрывающейся крышкой и хранить в холодильнике.

Крем-сыр маскарпоне

Ингредиенты

200 г творога 18 %-й жирности, 200 мл сливок 33 %-й жирности.

Способ приготовления

Творог протереть через сито 2 раза, добавить сливки. Массу взбить с помощью миксера или блендера на малых оборотах до состояния крема.

Сулугуни

Ингредиенты

5 л козьего молока, 100 мл коровьего молока, 250 г простокваши, 5 г закваски, 5 г соли.

Способ приготовления

Закваску и коровье молоко смешать, подогреть до температуры 30–35 °С. В большую кастрюлю влить козье молоко и нагреть до температуры 40 °С, добавить простоквашу, затем влить закваску и оставить на 30 минут в теплом месте. Когда молоко свернется, смесь снова поставить на огонь, добавить соль и нагреть до температуры 30 °С. Откинуть на дуршлаг, застеленный сложенной в два слоя марлей, подождать, пока стечет сыворотка, и поставить под пресс на 2–3 часа. Затем убрать пресс и вынуть готовый сыр из марли.

Тофу

Ингредиенты

1 л соевого молока, 30 мл лимонного сока.

Способ приготовления

Соевое молоко нагреть на сред нем огне, периодически помешивая деревянной ложкой. В самом начале закипания до образования пены снять кастрюлю с огня, добавить в молоко сок лимона и оставить до полного свертывания. Затем выложить полученную смесь в дуршлаг, застеленный сложенной в два слоя марлей, и оставить до тех пор, пока сыворотка не стечет. После стекания большей части сыворотки завернуть тофу в марлю и отжать остатки жидкости. Затем завернуть тофу в другую марлю, сверху положить пресс весом 1 кг, выдерживать в течение 30 минут; за это время сыр примет форму и станет плотнее. Убрать пресс и вынуть готовый сыр из марли.

«Филадельфия»

Ингредиенты

500 мл несладкого йогурта, 200 г сметаны 20 %-й жирности, 5 г соли.

Способ приготовления

Йогурт и сметану выложить в дуршлаг, застеленный сложенной в два слоя марлей, добавить соль, аккуратно перемешать. Края марли поднять и свернуть мешочком. Положить сверху тарелку с грузом и поставить всю эту конструкцию в холодильник на 2 дня, периодически сливая сыворотку. Убрать пресс и вынуть готовый сыр из марли.

На заметку!

Для приготовления сыра «Филадельфия» необходимо использовать только свежие йогурт и сметану, иначе сыр будет кислым.

Фета

Ингредиенты

500 г сухого молока, 150 г сметаны 20 %-й жирности, 20 г соли, 3 мл уксуса, 10 г сычужного фермента абомина.

Способ приготовления Сухое молоко растворить в 600 мл теплой воды, размешать, чтобы не оставалось комочков. Добавить сметану, тщательно перемешать. Добавить уксус и абомин, предварительно растворенный в прохладной воде, тщательно перемешать.

Укутать кастрюлю теплым одеялом и оставить на 14 часов. Затем слить сыворотку, для чего полученную смесь откинуть на дуршлаг, застеленный сложенной в два слоя марлей. Обернуть сыр марлей, поставить под пресс весом 3 кг, выдерживать от 5 до 10 часов, затем сыр разрезать на кусочки.

Для приготовления рассола смешать 200 мл воды и соль. Кусочки сыра сложить в банку и аккуратно влить рассол. Сыр должен пролежать в рассоле не меньше недели для приобретения лучшего вкуса.

Фета с орехами

Ингредиенты

2 л молока, 200 г сметаны 20 %-й жирности, 50 г измельченных ядер грецких и лесных орехов, 10 г карри, 8 таблеток пепсина.

Способ приготовления

Сметану развести в 250 мл молока. Оставшееся молоко нагреть до 40 °С, снять с огня, добавить орехи и разведенную в молоке сметану, перемешать. Пепсин растворить в 60 мл теплой воды и добавить в смесь, перемешать. Массу оставить на 5 часов. Получившуюся сыворотку слить. Ложкой аккуратно выложить сквашенную массу в дуршлаг, застеленный сложенной в два слоя марлей. Через 2 часа переложить массу в полотняный мешок и положить под пресс весом 3 кг на 8 часов. Затем переложить готовый сыр на блюдо, нарезать небольшими кубиками.

Рикотта

Ингредиенты

1 л молока, 400 мл сливок, 200 г сметаны 20 %-й жирности.

Способ приготовления

Молоко, сметану и сливки соединить, тщательно перемешать. Накрыть целлофановым пакетом, поставить в теплое место для сквашивания примерно на 5 часов. Затем полученную смесь поставить на слабый огонь, нагреть до горячего состояния, но не перемешивать, это может повредить сгусток.

Не доводя до кипения снять с огня, накрыть массу и оставить для созревания на 12 часов. Затем аккуратно слить сыворотку через дуршлаг, застеленный сложенной в четыре слоя марлей.

Оставить для стекания сыворотки на 6 часов. Затем снять марлю и выложить рикотту в миску.

Кефирная рикотта со специями

Ингредиенты

1 л молока, 150 мл кефира, 80 мл лимонного сока, 10 г сахара, 20 г любых специй, 5 г соли.

Способ приготовления

Молоко нагреть до температуры 50°С, но не кипятить. Добавить кефир, лимонный сок, специи, сахар и соль, тщательно перемешать. Створоженное молоко оставить на 30 минут. После этого откинуть его на дуршлаг, застеленный сложенной в два слоя марлей, подвесить, чтобы стекла сыворотка, затем поместить в холодильник на 8 часов.

Сыр из йогурта с соусом песто

Ингредиенты

2 л молока, 1 л несладкого йогурта, 10 г соли.

Для соуса: 80 мл оливкового масла, 1 пучок зелени базилика, 2 зубчика чеснока, 50 г пармезана, 40 г ядер кедровых орехов, соль.

Способ приготовления

Зелень вымыть. Сыр натереть на терке. Чеснок очистить и вымыть. Для приготовления соуса песто все ингредиенты смешать в блендере до однородной массы.

Молоко довести до кипения на среднем огне. Продолжая помешивать, добавить йогурт. Как только появятся створожившиеся хлопья, снять массу с огня и посолить. Откинуть на дуршлаг, застеленный сложенной в два слоя марлей, добавить соус песто, немного остудить.

Собрать края марли, завязать кульком и оставить на дуршлаге до полного остывания. Подвесить смесь в марле на 2 часа. Затем переложить сыр в удобный по размеру контейнер, хорошо утрамбовать и поместить в холодильник.

На заметку!

Если блендер не перемолол орехи с первого раза, можно сделать это еще несколько раз, предварительно очистив стенки прибора от налипших на него крупных частиц.

Плавленный сыр

Ингредиенты

1 л молока, 1 кг творога, 100 г сливочного масла, 5 г пищевой соды, 5 г соли.

Способ приготовления

Молоко нагреть до температуры 50 °С, но не кипятить. Добавить творог и, постоянно помешивая, дать ему свернуться. Откинуть полученную массу на дуршлаг, застеленный сложенной в два слоя марлей, и подвесить, давая стечь сыворотке.

Сливочное масло растопить в сковороде, добавить соду и соль. Выложить полученный творог в масло и, постоянно помешивая, нагревать в течение 10 минут. Как только масса в сковороде перестанет походить на творог и начнет напоминать тянущийся плавленный сыр, снять с огня и немного остудить. Выложить в формочки и разровнять, чтобы после застывания было удобнее пользоваться сыром (резать или натирать). Поместить в холодильник на 4–6 часов.

Плавленный сыр с петрушкой

Ингредиенты

500 г творога, 120 мл молока, 40 г сливочного масла, 5 г пищевой соды, 1 пучок зелень петрушки, соль.

Способ приготовления

В творог добавить соду, влить молоко и тщательно перемешать. Массу нагреть на слабом огне, постоянно помешивая. Как только творог начнет плавиться, добавить масло, соль, вымытую и нарезанную зелень петрушки. Нагревать до полного расплавления творога. Густота массы должна напоминать манную кашу. Горячую смесь перелить в формочки и поставить в холодильник.

Немолочный сыр

Ингредиенты

100 г проростков пшеницы, 500 г арахиса, соль.

Способ приготовления

Арахис замочить в теплой воде на 30 минут, очистить от кожицы, залить чистой водой и оставить на 12 часов для размокания. Проростки пшеницы загрузить в блендер, залить водой, размолоть и оставить в теплом месте на 2 дня. После того как проростки заквасятся, еще раз размолоть смесь в блендере и процедить жидкость через сито. Замоченный арахис размолоть в блендере, добавив немного воды.

Арахисовую массу выложить в эмалированную или стеклянную посуду, залить закваской из проростков пшеницы, оставить в теплом месте на 2–3 дня. Когда арахис приобретет характерный сырный привкус, выложить арахисовую массу на дуршлаг, застеленный марлей, посолить, немного отжать и повесить для стекания сыворотки. Когда масса станет сухой и плотной (примерно через 12 часов), немолочный сыр готов.

На заметку!

Для приготовления немолочного сыра можно использовать любые сырые орехи (фундук, миндаль, кешью), семена (тыквы, подсолнечника) или смесь из орехов и семян.

Бутербродный сыр

Ингредиенты

1 кг творога, 1 л молока, 2 яйца, 100 г сметаны 30 %-й жирности, 10 г соли.

Способ приготовления

Молоко влить в творог, перемешать, довести до кипения, но не кипятить. Откинуть на дуршлаг, застеленный сложенной в два слоя марлей, процедить сыворотку, затем отжать. Процеженный творог выложить в кастрюлю, добавить сметану, яйца и соль, тщательно перемешать, варить в течение 10 минут, пока масса не станет однородной. Выложить готовый сыр на тарелку, разровнять и поставить в холодильник. После охлаждения сыр перевернуть на блюдо.

Немецкий сыр

Ингредиенты

9 л кислого молока, 10 г пищевой соды, 5 г соли.

Способ приготовления

Молоко нагреть на слабом огне до температуры 80 °С, слить сыворотку. Творожную массу выложить на дуршлаг, застеленный сложенной в два слоя марлей, отжать. Массу переложить в миску, добавить соду, соль и тщательно перемешать. Снова отжать, придать массе форму батона и оставить на 1 час при комнатной температуре. Спустя это время сырный батон увеличится в объеме и будет готов к нарезке. Такой сыр можно хранить в холодильнике несколько дней.

На заметку!

Если сыр получился слишком мягким и липким, возможно, вы слабо прогрели массу или недостаточно отжали сыворотку.

Коричневый сыр

Ингредиенты

1,5 л свежей сыворотки, 250 г сметаны 30 %-й жирности.

Способ приготовления

Для приготовления используется свежая сыворотка от творога, сыра панир, рикотты или другого домашнего сыра. Варить сыворотку на огне, пока от исходного количества не останется 500 мл. Затем добавить сметану, перемешать и уварить до сгустка. После этого

массу перемешать толкушкой, чтобы измельчить ее. Полученную массу взбить в блендере, выложить в маленькую сковороду и прогреть при постоянном помешивании в течение 3–5 минут. Как только паста начнет собираться в комок, переложить ее в форму. Остудить, накрыть крышкой, поместить на хранение в холодильник.

Яичный сыр

Ингредиенты

8 яиц, 1 л молока, 250 г сметаны 30 %-й жирности, 5 г сахара, 5 г соли.

Способ приготовления

Яйца, молоко, соль и сахар тщательно перемешать. Добавить сметану и еще раз перемешать. Поставить на огонь на 40 минут. Как только творожные хлопья начнут отделяться от сыворотки, снять огня, процедить через дуршлаг, застеленный сложенной в два слоя марлей. Края марли поднять и свернуть мешочком. Положить сверху тарелку с грузом и поставить всю эту конструкцию в холодильник на 1 сутки, периодически сливая сыворотку. Убрать пресс и вынуть готовый сыр из марли.

Десертный французский сыр

Ингредиенты

500 г сливочного сыра, 500 г творога, 500 мл сливок 33 %-й жирности, 100 г клубники, 10 г сахарной пудры, 2 г соли.

Способ приготовления

Творог, сливочный сыр и соль смешать, протереть несколько раз через сито. Влить сливки и тщательно растереть полученную массу. Дуршлаг, помещенный в кастрюлю, застелить сложенной в два слоя марлей, осторожно переложить массу, накрыть и поставить на 1 сутки в холодильник, чтобы стекла жидкость. Уложить сыр на блюдо целиком, как он отформовался в дуршлаге. Подать к столу, посыпав сахарной пудрой и украсив вымытой клубникой.

Блюда из домашнего сыра

Закуски

Горячие сэндвичи с фетой и салями

Ингредиенты

4 ломтика пшеничного хлеба, 100 г феты, 50 г салями, 20 г майонеза, 30 г сливочного масла, 2 листа салата.

Способ приготовления

Сыр натереть на крупной терке. Колбасу нарезать кружочками.

Ломтики хлеба смазать сливочным маслом, посыпать сыром и запечь в микроволновой печи. На два ломтика положить салями, накрыть оставшимися ломтиками. Сэндвичи полить майонезом, украсить предварительно вымытыми листьями салата и подать к столу.

Крок-месье с моцареллой и лососем

Ингредиенты

4 ломтика зернового хлеба, 200 г филе жареного лосося, 150 г моцареллы, 50 г сливочного масла, 20 мл сырного соуса, рубленая зелень петрушки.

Способ приготовления

Ломтики хлеба выложить на сковороду с разогретым сливочным маслом и обжарить с обеих сторон. На два ломтика положить моцареллу, накрыть сковороду крышкой, жарить 30 секунд. Положить на эти же ломтики рыбу, накрыть оставшимися ломтиками хлеба, жарить под крышкой еще 30 секунд.

Крок-месье полить сырным соусом, посыпать зеленью петрушки и подать к столу.

Традиционные панини с моцареллой

Ингредиенты

2 панино, 200 г ветчины, 100 г моцареллы, 1 помидор, 30 мл соуса песто, 40 г сливочного масла, 2–3 мл бальзамического уксуса, рубленая зелень базилика.

Способ приготовления

Панино разрезать вдоль пополам. Моцареллу и ветчину нарезать ломтиками. Помидор вымыть, нарезать кружочками. Панино выложить на сковороду с разогретым сливочным маслом и обжарить с обеих сторон. На две половинки выложить моцареллу, помидор и ветчину, накрыть оставшимися половинками. Панини сбрызнуть уксусом, жарить на слабом огне под крышкой 3–5 минут, полить соусом песто, посыпать базиликом и подать к столу.

Это интересно!

Панини – это итальянские сэндвичи. Для основы, как правило, используют панино (маленькие булочки), однако подойдут и другие сорта итальянского хлеба, а также обычный формовой хлеб.

Чизбургеры со спаржей и соевым соусом

Ингредиенты

Для основы: 2 пшеничные булочки, 100 г корейской спаржи, 2 больших ломтика твердого домашнего сыра, 20 мл соевого соуса, 50 мл кетчупа, 2 веточки укропа.

Для котлет: 200 г говядины, 1/2 пучка зеленого лука, 20 г свиного жира, 20 г панировочных сухарей, 10 г тертого хрена, перец, соль.

Способ приготовления

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.