

Grundrezept für veganen Joghurt

Zutaten:

- 1 l pflanzliche Milch (siehe 1. Tipp)
- 1 Beutel Joghurt-Ferment oder 150 ml Restjoghurt

Material:

- Joghurtbereiter
- Schneebesen



Zubereitung:

1. Zimmerwarme Milchalternative in die Innenschale des Joghurt-Bereiters füllen.
2. Restjoghurt oder Ferment mit einem sauberen Schneebesen unterrühren.
3. Den Innenbehälter mit dem Deckel verschließen.
4. 750 ml kochendes Wasser in den Bereiter gießen, den Innenbehälter einsetzen und den Deckel zudrehen.
5. 12-16 Stunden warten - fertig!

Optional: Joghurt verfeinern, z. B. mit einem Süßungsmittel nach Wahl, Vanille oder Früchten.

Tipp: Welche Milchalternative eignet sich fürs Joghurt-Selbstmachen?

Der Hersteller des Joghurt-Bereiters „My.Yo“ empfiehlt (Bio-)Sojamilch, aber auch Mandel- und Kokosmilch sind erprobt. Wer mag, kann Kombinationen wie Mandel-Kokos herstellen.

Tipp: Stichfester Joghurt

Pflanzlicher Joghurt wird unter Umständen nicht so fest wie das tierische Produkt. Hier kann man mit Agar-Agar oder Verdickungsmittel wie Johannisbrotkernmehl ein bisschen nachhelfen.