

**Betty Bossi**

# Natürlich selbst gemacht

---



**Der einfachste Weg zum Genuss**

# Joghurt- und Frischkäsemaschine

Liebe Leserin, lieber Leser

Es freut uns, dass Sie sich für die Joghurt- und Frischkäsemaschine entschieden haben. Das Betty Bossi Entwicklungsteam legt sich Tag für Tag ins Zeug, um nützliche und innovative Küchenhelfer mit der bekannten Betty Bossi Geling-Garantie zu entwickeln. Ihre Zufriedenheit ist dabei unser wichtigstes Ziel. Wir sind überzeugt: Die Joghurt- und Frischkäsemaschine wird Sie begeistern. Und damit Sie gleich loslegen können, haben wir spannende Rezeptideen kreiert.

Wir wünschen Ihnen viel Spass beim Herstellen und Geniessen.

Herzlich, Ihre



Joghurt nature	4
Griechisches Joghurt	4
Erdbeeryoghurt	6
Bananen-Stracciatella-Joghurt	6
Matcha-Vanille-Joghurt	8
Sauerrahm-Passionsfrucht-Trifle	10
Rhabarber-Tiramisu mit Quark-Mascarpone	12
Magerquark mit Rauchlachs	14
Friskäse mit Joghurt	16



Joghurt- und Frischkäsemaschine (Art.-Nr. 25647). Gläser und Deckel spülmaschinengeeignet, Gerätegehäuse inklusive Deckel und Abtropfsieb nicht spülmaschinengeeignet. Vor dem ersten Gebrauch mit warmem Wasser und Spülmittel reinigen. Keine Scheuermittel, starken Reinigungsmittel oder Stahlwatte verwenden.

# Wissenswertes

---

## Gerät in Betrieb nehmen

Für ausführliche Informationen zum Gebrauch und zur Reinigung der Joghurt- und Frischkäsemaschine beachten Sie bitte die beigelegte Gebrauchsanleitung.

## Wichtiges zur Herstellung von Joghurt

- Grundsätzlich eignet sich jede Milch zur Joghurt-Herstellung. Beste Resultate, auch hinsichtlich Haltbarkeit, werden mit pasteurisierter Milch erzielt.
- Das Resultat wird besser, wenn die Milch nicht direkt aus dem Kühlschrank kommt, sondern Raumtemperatur hat.
- Die Reifung kann beschleunigt werden, indem die Milch vorgängig auf ca. 37 Grad erwärmt wird.
- Vor dem Verzehr sollte das Joghurt mindestens 6 Std. in den Kühlschrank gestellt werden. Nach 24 Std. erreicht das Joghurt seine maximale Festigkeit.

## Wichtiges zur Herstellung von Frischkäse

- Für die Herstellung von Frischkäse wird Milch mittels Säure zur Gerinnung gebracht. Die festen Bestandteile (Bruch) trennen sich so von der flüssigen Milch (Molke).
- Als Säuerungsmittel eignen sich zum Beispiel Zitronensaft, Essig, Buttermilch, Joghurt usw. oder Säurekulturen (erhältlich in Apotheken).
- Molke ist ein Powerwasser: Es ist so gut wie fettfrei und enthält Milchsäure, Vitamine, Kalium, Calcium, Phosphor und Molkenprotein. Sie können die gesunde Molke einfach so trinken oder zum Beispiel für die Zubereitung von Smoothies weiterverwenden.

## Herstellung von Sirup

5 dl Wasser mit 500 g Zucker und 20 g Kräuter (z. B. Pfefferminze, Zitronenmelisse oder Rosmarin) im Glasbehälter verrühren, mit dem Deckel verschliessen. Glasbehälter in die Joghurt- und Frischkäsemaschine stellen, mit der Abdeckhaube schliessen. Programm «Kräuter» auswählen und während 4 Std. aromatisieren lassen. Herausnehmen, in eine Flasche mit Deckel giessen, verschliessen, auskühlen lassen.

**Haltbarkeit:** kühl und dunkel ca. 2 Monate. Einmal geöffnet, Flasche im Kühlschrank aufbewahren.

Alle Rezepte in dieser Broschüre sind, wo nicht anders vermerkt, für 4 Personen berechnet.

Titelbild: Joghurt nature, Griechisches Joghurt (S. 4), Matcha-Vanille-Joghurt (S. 8), Frischkäse mit Joghurt (S. 16)

# Joghurt nature

---

 **5 Min. + 8 Std. reifen lassen + 6 Std. kühl stellen**  **glutenfrei**

Für 1 Glasbehälter von 1,2 Litern

---

**1l Vollmilch** (Past)  
**180 g Joghurt nature**  
(stichfest)

Milch und Joghurt in den Glasbehälter füllen, verrühren, mit dem Deckel verschliessen. Glasbehälter in die Joghurt- und Frischkäsemaschine stellen, mit der Abdeckhaube schliessen.  
Programm «Joghurt» auswählen und während 8 Std. reifen lassen. Herausnehmen, im Kühlschrank mind. 6 Std. fest werden lassen.

---

**Noch fester:** Wem das Joghurt zu wenig dickflüssig ist, der kann 2 EL Magermilchpulver oder Joghurtferment (Menge gemäss Herstellerangaben) zum Grundrezept hinzufügen, so wird ein stichfestes Joghurt erreicht.



**Tipp:** Bei Verwendung der Joghurtgläser  $3\frac{1}{2}$  dl Vollmilch (Past) und 2 EL Joghurt nature (stichfest) nehmen.

**Haltbarkeit:** im Kühlschrank ca. 1 Woche.

**100 g:** 67 kcal, F 4 g, Kh 5 g, E 3 g

# Griechisches Joghurt

---

 **5 Min. + 8 Std. reifen lassen + 6 Std. kühl stellen**  **glutenfrei**

Für 1 Glasbehälter von 1,2 Litern

---

**8 dl Vollmilch** (Past)  
**2 dl Vollrahm** (Past)  
**180 g Joghurt nature**  
(stichfest)

Joghurt zubereiten und reifen lassen wie im Grundrezept Joghurt nature.

---

**Tipp:** Bei Verwendung der Joghurtgläser  $2\frac{1}{2}$  dl Vollmilch (Past), 1 dl Vollrahm (Past) sowie 2 EL Joghurt nature (stichfest) nehmen.

**Haltbarkeit:** im Kühlschrank ca. 1 Woche.

**100 g:** 111 kcal, F 9 g, Kh 4 g, E 3 g



# Erdbeerjoghurt

---

 **5 Min. + 8 Std. reifen lassen + 6 Std. kühl stellen**  **glutenfrei**

Für 1 Glasbehälter von 1,2 Litern

---

<b>8 dl Vollmilch</b> (Past)	Joghurt zubereiten und reifen lassen wie im Grundrezept Joghurt nature.
<b>180 g Joghurt nature</b> (stichfest)	

---

<b>250 g Erdbeeren</b>	Erdbeeren mit einer Gabel zerdrücken, mit dem Puderzucker mischen, in das fertig gereifte Joghurt nature geben, darunterühren.
<b>2 EL Puderzucker</b>	

---

**Varianten:** Statt Erdbeeren Himbeeren oder Brombeeren verwenden.

**Haltbarkeit:** im Kühlschrank ca. 5 Tage.

**100 g:** 80 kcal, F 4 g, Kh 7 g, E 3 g

# Bananen-Stracciatella-Joghurt

---

 **5 Min. + 8 Std. reifen lassen + 6 Std. kühl stellen**  **glutenfrei**

Für 1 Glasbehälter von 1,2 Litern

---

<b>8 dl Vollmilch</b> (Past)	Joghurt zubereiten und reifen lassen wie im Grundrezept Joghurt nature.
<b>180 g Joghurt nature</b> (stichfest)	

---

<b>1 Banane</b>	Banane und Zucker pürieren, Schokolade grob hacken, in das fertig gereifte Joghurt nature geben, darunterühren.
<b>1 EL Puderzucker</b>	
<b>50 g dunkle Schokolade</b>	

---

**Haltbarkeit:** im Kühlschrank ca. 5 Tage.

**100 g:** 101 kcal, F 5 g, Kh 9 g, E 4 g



# Matcha-Vanille-Joghurt

---

 **5 Min. + 10 Std. reifen lassen + 6 Std. kühl stellen**     **glutenfrei**     **laktosefrei**

Für 1 Glasbehälter von 1,2 Litern

---

**1l laktosefreie Vollmilch**  
(z. B. Free From)

**180 g laktosefreies Joghurt**  
(z. B. Free From)

Milch und Joghurt in den Glasbehälter füllen, verrühren, mit dem Deckel verschliessen. Glasbehälter in die Joghurt- und Frischkäsemaschine stellen, mit der Abdeckhaube schliessen. Programm «Vegan» auswählen und während 10 Std. reifen lassen. Herausnehmen, im Kühlschrank mind. 6 Std. fest werden lassen.

---

**1 Päckli Vanillezucker**  
**2 TL Grünteepulver**  
(Matcha)

Vanillezucker und Grünteepulver in das fertig gereifte Joghurt geben, darunterrühren.

---

**Varianten:** Für ein veganes Joghurt Sojamilch und Sojajoghurt verwenden.

**Haltbarkeit:** im Kühlschrank ca. 1 Woche.

**100 g:** 68 kcal, F 4 g, Kh 6 g, E 3 g





# Sauerrahm-Passionsfrucht-Trifle



15 Min. + 12 Std. reifen lassen + 2 Std. kühl stellen



glutenfrei

Für 1 Glasbehälter von 1,2 Litern und für 4 Gläser von je ca. 2 dl

---

<b>5 dl Vollrahm</b> (UHT) <b>10 g Butter</b>	Rahm und Butter in einer Pfanne unter gelegentlichem Rühren warm werden lassen, bis die Butter geschmolzen ist, in den Glasbehälter gießen.
<b>2 EL Sauermilch</b> (z. B. Naturaplan Bio Dessert Extrafin)	Sauermilch beigegeben, mit einem Schwingbesen verrühren, mit dem Deckel verschliessen. Glasbehälter in die Joghurt- und Frischkäsemaschine stellen, mit der Abdeckhaube schliessen. Programm «Frischkäse» auswählen und während 12 Std. reifen lassen. Herausnehmen, im Kühlschrank mind. 2 Std. fest werden lassen.
<b>1 Passionsfrucht</b> <b>140 g Passionsfrucht-Curd</b> (z. B. Fine Food)	Passionsfrucht halbieren, Fruchtfleisch herauslösen, mit dem Passionsfrucht-Curd verrühren.
<b>120 g Guetzli</b> (z. B. Kokos-Schoggi-Makrönli)	Guetzli grob hacken, mit dem Passionsfrucht-Curd und dem Sauerrahm abwechslungsweise in die Gläser verteilen.

---

**Tipp:** Statt Passionsfrucht-Curd Aprikosenkonfitüre verwenden.

**Portion** (¼): 722 kcal, F 60 g, Kh 39 g, E 6 g



# Rhabarber-Tiramisu mit Quark-Mascarpone

 40 Min. + 1 Std. reifen lassen + 5 Std. kühl stellen

Für 1 Glasbehälter von 1,2 Litern und eine Form von ca. 2 Litern

<b>250 g Magerquark</b> <b>1 dl Vollrahm (UHT)</b> <b>125 g flüssige Butter</b>	Quark, Rahm und Butter in den Glasbehälter geben, verrühren, mit dem Deckel verschliessen. Glasbehälter in die Joghurt- und Frischkäsemaschine stellen, mit der Abdeckhaube schliessen. Programm «Kräuter» auswählen und während 1 Std. reifen lassen, anschliessend mind. 4 Std. zugedeckt im Kühlschrank fest werden lassen.
<b>500 g Rhabarber</b> <b>100 g Zucker</b> <b>1 dl Rhabarbersirup</b>	Rhabarber schälen, in ca. 1½ cm grosse Stücke schneiden, mit Zucker und Sirup in einer Pfanne mischen, aufkochen, zugedeckt bei kleiner Hitze ca. 5 Min. knapp weich köcheln, auskühlen.
<b>1 Bio-Orange</b> <b>4 EL Zucker</b>	Von der Orange Saft auspressen, mit Quark-Mascarpone und Zucker verrühren.
<b>150 g Löffelbiskuits</b>	Löffelbiskuits mit der Zuckerseite nach unten in die Form legen. Mascarpone- und Rhabarberkompott abwechselungsweise in die Form schichten, zugedeckt ca. 1 Std. kühl stellen.
<b>1 EL Kakaopulver</b>	Tiramisu mit Kakaopulver bestäuben.

**Haltbarkeit Quark-Mascarpone:** im Kühlschrank ca. 2 Tage.

**Portion (%)**: 789 kcal, F 38 g, Kh 95 g, E 14 g



# Magerquark mit Rauchlachs

---

 **25 Min. + 12 Std. reifen lassen + 2 Std. abtropfen lassen**

Für 1 Glasbehälter von 1,2 Litern

Ergibt ca. 400 g Magerquark

---

**1l Magermilch**  
**180 g Sauermilch**  
(z. B. Naturaplan  
Bio Dessert  
Extrafin)

Milch in einer Pfanne unter gelegentlichem Rühren erwärmen (Körpertemperatur ca. 37 Grad). In den Glasbehälter giessen, Sauermilch dazugeben, mit einem Schwingbesen verrühren, mit dem Deckel verschliessen. Glasbehälter in die Joghurt- und Frischkäsemaschine stellen, mit der Abdeckhaube schliessen. Programm «Frischkäse» auswählen und während 12 Std. reifen lassen.

---

Masse mit einem Messer kreuzweise einschneiden, ca. 10 Min. zugedeckt stehen lassen. Abtropfsieb in den zweiten Glasbehälter stellen, Masse hineingiessen, aufgefangene Flüssigkeit abgiessen. Mit Deckel für Abtropfsieb verschliessen, Masse während mind. 2 Std. im Kühlschrank abtropfen lassen.

---

**100 g Rauchlachs**  
**1 Bund Radiesli mit dem Grün**  
**2 EL Dill**  
**1 EL Rapsöl**  
**¼ TL Salz**  
**1 Baguette**  
(ca. 300 g)

Lachs, Radiesligrün und Dill fein schneiden, alles mit dem Öl mischen, salzen. Baguette in Scheiben schneiden, mit Quark bestreichen. Radiesli in Scheibchen schneiden, mit dem Lachs auf die Baguettescheiben anrichten.

---

## Tipps

→ Für einen festeren Quark Abtropfzeit verlängern.

→ Statt die abgetropfte Flüssigkeit (Molke) abzugliessen, diese auffangen und für einen Smoothie weiterverwenden.

**Haltbarkeit Magerquark:** im Kühlschrank ca. 2 Tage.

**Portion (¼):** 418 kcal, F 11g, Kh 56g, E 23g





# Frischkäse mit Joghurt

 15 Min. + 10 Std. reifen lassen + 6 Std. abtropfen lassen

 glutenfrei

Für 1 Glasbehälter von 1,2 Litern

Ergibt ca. 400 g Frischkäse

---

**8 dl Vollmilch** (Past) Milch und Rahm in einer Pfanne unter gelegentlichem Rühren erwärmen (Körpertemperatur ca. 37 Grad). Masse in den Glasbehälter giessen, Joghurt dazugeben, mit einem Schwingbesen verrühren. Mit dem Deckel verschliessen. Glasbehälter in die Joghurt- und Frischkäsemaschine stellen, mit der Abdeckhaube schliessen. Programm «Joghurt» auswählen und während 10 Std. reifen lassen.

**2 dl Vollrahm** (Past)

**180 g Joghurt nature** (stichfest)

---

**1 TL Salz** Masse mit einem Messer kreuzweise einschneiden, ca. 10 Min. zugedeckt stehen lassen. Abtropfsieb in den zweiten Glasbehälter stellen, Masse hineingiessen, aufgefangene Flüssigkeit abgiessen. Frischkäse salzen. Mit dem Deckel für Abtropfsieb verschliessen, Masse während mind. 6 Std. im Kühlschrank abtropfen lassen.

---

**Varianten:** Frischkäse kann mit Gewürzen (z. B. Pfeffer, Knoblauch, Paprika) oder mit frischen oder getrockneten Kräutern verfeinert werden.

**Tipp:** Statt die abgetropfte Flüssigkeit (Molke) abzugießen, diese auffangen und für einen Smoothie weiterverwenden.

**Haltbarkeit:** im Kühlschrank ca. 2 Tage.

**100 g:** 111 kcal, F 9 g, Kh 4 g, E 3 g

