

Frisches Joghurt



Betty Bossi

Mini-Jogurtino

Liebe Leserin, lieber Leser

Es freut uns, dass Sie sich für den Mini-Jogurtino 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: Der Mini-Jogurtino wird Sie begeistern. Und damit Sie gleich loslegen können, haben wir spannende Rezeptideen kreiert.

Wir wünschen Ihnen viel Spass beim Joghurtherstellen.

Herzlich, Ihre

Betty Bossi



INHALT

Grundrezept Joghurt nature	4
Grundrezept griechisches Joghurt	4
Himbeerjoghurt	6
Vanillejoghurt	6
Aprikosenjoghurt	6
Moccajoghurt	6
Apfel-Mohn-Joghurt	8
Geeister Traubenbecher	8
Erdbeer-Pfeffer-Joghurt	8
Zitronen-Mandel-Joghurt	8
Kokosjoghurt mit Passionsfrucht	10
Ananas-Tatin-Joghurt	10
Dattel-Zimt-Joghurt	10
Bananen-Stracciatella-Joghurt	10
Macchiato-Joghurt	12
Amaretti-Joghurt	12
Kastanienjoghurt	12
Joghurt Caramello	12
Waldbeer-Joghurt-Torte	14
Apfel-Joghurt-Blechkuchen	14
Birnen-Ingwer-Lassi	16
Curry-Joghurt-Dip	16
Dill-Joghurt-Dip	16

Der Mini-Jogurtino (Art.-Nr. 25293) eignet sich zur Herstellung von Joghurt. Farben: Antrazit/Blau. Material: lebensmittelechter Kunststoff / Glas. Hitzebeständigkeit: Max. 120 Grad. Masse (Ø × Höhe): 19 × 12,5 cm. Gläser und Deckel spülmaschineneeignet, Gerätegehäuse nicht spülmaschineneeignet. Vor dem ersten Gebrauch mit warmem Wasser und Spülmittel reinigen. Keine Scheuermittel, starken Reinigungsmittel oder Stahlwatte verwenden.

Wissenswertes

zur Joghurt-Herstellung

Wie entsteht Joghurt?

Die Herstellung von Joghurt durch Milchsäurebakterien wird als Fermentation bezeichnet. Milchsäurebakterien vermehren sich bei Temperaturen um 40 Grad sehr schnell. Dabei wird Milchzucker (Laktose) in Milchsäure umgewandelt. Die Säure macht das Milcheiweiß fest, Joghurt entsteht.

Wichtiges zur Joghurt-Herstellung

- Grundsätzlich eignet sich jede Milch zur Joghurt-Herstellung. Aus Haltbarkeitsgründen empfiehlt es sich, homogenisierte (UHT) Milch zu verwenden.
- Das Resultat wird besser, wenn die Milch nicht direkt aus dem Kühlschrank kommt, sondern Zimmertemperatur hat.
- Die Reifung kann beschleunigt werden, indem die Milch vorgängig auf ca. 40 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.

Wahl der Milch

- **Vollmilch** macht das Joghurt weicher und geschmacklich intensiver als Magermilch.
- Wird für die Joghurt-Zubereitung **Rohmilch** verwendet, muss die Milch vorgängig auf ca. 90 Grad erhitzt und dann auf 40 Grad abgekühlt und erst dann geimpft werden. Die Reifungszeit im Joghurtgerät beträgt dann jedoch nur noch ca. 5–6 Std.

- Joghurt kann aus folgenden Milchsorten hergestellt werden: **Kuh- und Schafmilch sowie Sojadrink** wie auch laktosefreie Milch. Je nach Milchsorte das dazu passende Joghurt nature verwenden.

Die Wahl des Ferments

Das Ferment gewinnt man entweder:

- Aus einem gekauften **Joghurt nature**
- Aus **selbst hergestelltem Joghurt nature**. Dieses kann bis zu viermal zum Weiterimpfen verwendet werden. Mit der Zeit wird das Joghurt flüssiger und weniger stichfest.
- Aus **Fermentpulver**. Dieses besteht aus Milchsäurebakterien und ist in Drogerien und Reformhäusern erhältlich. Fermentpulver nach Angaben auf der Verpackung verwenden. Je nach gewählter Milchsorte erzielt man durch Beigabe von Fermentpulver eine höhere Festigkeit des Joghurts.

Haltbarkeit von selbst gemachtem Joghurt

Im Kühlschrank ist ein Joghurt nature höchstens 8 Tage haltbar. Andere Sorten (z. B. mit frischen Früchten) höchstens 5 Tage.

Die Joghurtgläser (ohne Deckel) müssen vor dem Gebrauch für ca. 5 Minuten in kochendem Wasser sterilisiert werden. Für ausführliche Informationen zum Gebrauch des Mini-Jogurtino beachten Sie bitte die beigelegte Gebrauchsanweisung.

Grundrezepte

Grundrezept Joghurt nature

Vor- und zubereiten: ca. 10 Min.

Reifung: ca. 8 Std.

Kühl stellen: mind. 6 Std.

5 dl Milch

90 g Joghurt nature oder Fermentpulver

1. 1 dl Milch in einen Messbecher giessen, Joghurt beigegeben, mit einem Schwingbesen gut verrühren, restliche Milch dazugiessen, verrühren.

2. Masse in die Portionengläser füllen und in die Heizschale stellen. Haube des Mini-Jogurtino aufsetzen.

3. Mini-Jogurtino einschalten. Während der Reifung das Gerät ca. 8 Std. ruhig stehen lassen, bis das Joghurt fertig ist.

4. Anschliessend die Portionengläser warm aus dem Mini-Jogurtino nehmen, Deckel aufschrauben und im Kühlschrank mind. 6 Std. fest werden lassen.

Geeignet für: alle Milchsorten.

pro Glas: 102 kcal, F 6 g, Kh 7 g, E 5 g

Grundrezept griechisches Joghurt

Vor- und zubereiten: ca. 10 Min.

Reifung: ca. 8 Std.

Kühl stellen: mind. 6 Std.

4 dl Milch

90 g Joghurt nature

1 dl Vollrahm

1 dl Milch in einen Messbecher giessen, Joghurt beigegeben, mit einem Schwingbesen gut verrühren, restliche Milch und Rahm dazugiessen, verrühren. Joghurt reifen lassen wie im Rezept oben.

Geeignet für: alle Milchsorten.

pro Glas: 168 kcal, F 13 g, Kh 6 g, E 5 g

Birchermüesli-Joghurt

Joghurt mit frischen Früchten und Getreideflocken ergänzen.

Joghurt mit Dörrfrüchten

2 Dörrfeigen, in Würfeli, 2 EL flüssiger Honig und 25 g gehackte Pistazien mischen, auf den Joghurts verteilen.

Joghurt mit Knusperflocken

1 EL Butter in einer weiten Pfanne erwärmen, 25 g Getreideflocken und 1 EL Zucker beigegeben. Unter Rühren bei mittlerer Hitze ca. 5 Min. caramolisieren. Vor dem Servieren auf den Joghurts verteilen.



Die Klassischen

Himbeerjoghurt

Vor- und zubereiten: ca. 10 Min.

Reifung: ca. 8 Std.

Kühl stellen: mind. 6 Std.

5 dl Milch
90 g Joghurt nature
4 EL Himbeersirup

1 dl Milch und Joghurt verrühren, restliche Milch darunterrühren, in die Gläser füllen. Sirup darübergiessen. Joghurt reifen lassen (siehe S. 4).

Geeignet für: Kuh- und Schafmilch sowie Sojadrink, laktosefreie Milch (höhere Festigkeit durch Fermentpulver).

Tipp: Statt Himbeersirup beliebigen Sirup verwenden.

pro Glas: 138 kcal, F 6 g, Kh 16 g, E 5 g

Vanillejoghurt

Vor- und zubereiten: ca. 10 Min.

Reifung: ca. 8 Std.

Kühl stellen: mind. 6 Std.

5 dl Milch
90 g Joghurt nature
1½ EL Zucker

1 Vanillestängel, längs aufgeschnitten, nur ausgekratzte Samen

1 dl Milch, Joghurt, Zucker und Vanillesamen verrühren, restliche Milch darunterrühren, in die Gläser füllen. Joghurt reifen lassen (siehe S. 4).

Geeignet für: alle Milchsorten.

pro Glas: 120 kcal, F 6 g, Kh 11 g, E 5 g

Aprikosenjoghurt

Vor- und zubereiten: ca. 10 Min.

Reifung: ca. 8 Std.

Kühl stellen: mind. 6 Std.

4 EL Aprikosenkonfitüre
5 dl Milch
90 g Joghurt nature

Konfitüre in die Gläser verteilen. 1 dl Milch und Joghurt verrühren, restliche Milch darunterrühren, in die Gläser füllen. Joghurt reifen lassen (siehe S. 4).

Geeignet für: alle Milchsorten.

Tipp: Statt Aprikosenkonfitüre beliebige Frucht-konfitüre verwenden.

pro Glas: 140 kcal, F 6 g, Kh 16 g, E 5 g

Moccajoghurt

Vor- und zubereiten: ca. 10 Min.

Reifung: ca. 8 Std.

Kühl stellen: mind. 6 Std.

5 dl Milch
90 g Joghurt nature
1½ EL Zucker
1 EL sofort lösliches Kaffeepulver

1 dl Milch, Joghurt, Zucker und Kaffeepulver verrühren, restliche Milch darunterrühren, in die Gläser füllen. Joghurt reifen lassen (siehe S. 4).

Geeignet für: alle Milchsorten.

Tipp: Statt Kaffeepulver Schokoladepulver verwenden.

pro Glas: 120 kcal, F 6 g, Kh 11 g, E 5 g



Die Besonderen

Apfel-Mohn-Joghurt

Vor- und zubereiten: ca. 10 Min.

Reifung: ca. 8 Std.

Kühl stellen: mind. 6 Std.

150 g Apfelmus
½ TL Mohn
5 dl Milch
90 g Joghurt nature
1½ EL Zucker

Apfelmus und Mohn mischen, in die Gläser verteilen. 1 dl Milch, Joghurt und Zucker verrühren, restliche Milch darunter-rühren, in die Gläser füllen. Joghurt reifen lassen (siehe S. 4).

Geeignet für: alle Milchsorten.

pro Glas: 155 kcal, F 6 g, Kh 19 g, E 5 g

Geeister Traubenbecher

Vor- und zubereiten: ca. 10 Min.

Reifung: ca. 8 Std.

Gefrieren: ca. 2 Std.

120 g kernlose Trauben, halbiert
5 dl Milch
90 g Joghurt nature
2 EL Puderzucker

Trauben in die Gläser verteilen. 1 dl Milch, Joghurt und Zucker verrühren, restliche Milch darunter-rühren, in die Gläser füllen. Joghurt reifen lassen (siehe S. 4). Anschliessend ca. 2 Std. gefrieren.

Geeignet für: alle Milchsorten.

pro Glas: 139 kcal, F 6 g, Kh 15 g, E 5 g

Erdbeer-Pfeffer-Joghurt

Vor- und zubereiten: ca. 10 Min.

Reifung: ca. 8 Std.

Kühl stellen: mind. 6 Std.

125 g Erdbeeren
½ EL Zucker
¼ TL Pfeffer
5 dl Milch
90 g Joghurt nature
1½ EL Zucker

Erdbeeren mit einer Gabel zerdrücken, mit Zucker und Pfeffer mischen, in die Gläser verteilen.

1 dl Milch, Joghurt und Zucker verrühren, restliche Milch darunter-rühren, in die Gläser füllen.

Joghurt reifen lassen (siehe S. 4).

Geeignet für: Kuh- und Schafmilch sowie Sojadrink, laktosefreie Milch (höhere Festigkeit durch Fermentpulver).

pro Glas: 137 kcal, F 6 g, Kh 15 g, E 5 g

Zitronen-Mandel-Joghurt

Vor- und zubereiten: ca. 10 Min.

Reifung: ca. 8 Std.

Kühl stellen: mind. 6 Std.

1 Bio-Zitrone, ganze Schale, 1½ EL Saft
4 EL gemahlene geschälte Mandeln
½ EL gemahlener Rohzucker
5 dl Milch
90 g Joghurt nature

Zitronenschale und -saft mit Mandeln und Rohzucker mischen, in die Gläser verteilen. 1 dl Milch und Joghurt verrühren, restliche Milch darunter-rühren, in die Gläser füllen. Joghurt reifen lassen (siehe S. 4).

Geeignet für: alle Milchsorten.

pro Glas: 179 kcal, F 11 g, Kh 12 g, E 7 g



Die Exotischen

Kokosjoghurt mit Passionsfrucht

Vor- und zubereiten: ca. 10 Min.

Reifung: ca. 8 Std.

Kühl stellen: mind. 6 Std.

-
- 4 EL Kokosraspel
 - 1 dl Kokosmilch
 - 90 g Joghurt nature
 - 4 dl Milch
 - 2 EL Zucker
 - 1 Passionsfrucht, halbiert, Fruchtfleisch herausgelöst
-

Kokosraspel in die Gläser verteilen. Kokosmilch und Joghurt verrühren, Milch und Zucker darunter-rühren, in die Gläser füllen. Joghurt reifen lassen (siehe S. 4). Passionsfrucht darauf verteilen.

Geeignet für: alle Milchsorten.

pro Glas: 230 kcal, F 16 g, Kh 15 g, E 5 g

Ananas-Tatin-Joghurt

Vor- und zubereiten: ca. 10 Min.

Reifung: ca. 8 Std.

Kühl stellen: mind. 6 Std.

-
- 50 g getrocknete Ananas, grob gehackt
 - 1 EL Caramelsauce
 - 5 dl Milch
 - 90 g Joghurt nature
 - 1 EL Zucker
-

Ananas und Caramel mischen, in die Gläser verteilen. 1 dl Milch, Joghurt und Zucker verrühren, restliche Milch darunter-rühren, in die Gläser füllen. Joghurt reifen lassen (siehe S. 4).

Geeignet für: alle Milchsorten.

pro Glas: 165 kcal, F 6 g, Kh 22 g, E 5 g

Dattel-Zimt-Joghurt

Vor- und zubereiten: ca. 10 Min.

Reifung: ca. 8 Std.

Kühl stellen: mind. 6 Std.

-
- 75 g Datteln, in Würfel
 - 5 dl Milch
 - 90 g Joghurt nature
 - 2 EL Puderzucker
 - ½ TL Zimt
-

Datteln in die Gläser verteilen. 1 dl Milch, Joghurt, Zucker und Zimt verrühren, restliche Milch darunter-rühren, in die Gläser füllen. Joghurt reifen lassen (siehe S. 4).

Geeignet für: alle Milchsorten.

pro Glas: 175 kcal, F 6 g, Kh 24 g, E 5 g

Bananen-Stracciatella-Joghurt

Vor- und zubereiten: ca. 10 Min.

Reifung: ca. 8 Std.

Kühl stellen: mind. 6 Std.

-
- 5 dl Milch
 - 90 g Joghurt nature
 - 1 Banane
 - 1½ EL Zucker
 - 15 g dunkle Schokolade, grob gehackt
-

Milch, Joghurt, Banane und Zucker zusammen pürieren, in die Gläser füllen. Schokolade begeben. Joghurt reifen lassen (siehe S. 4).

Geeignet für: alle Milchsorten.

Tipp: Für laktosefreies Joghurt laktosefreie Schokolade verwenden.

pro Glas: 164 kcal, F 7 g, Kh 19 g, E 5 g



Die Herbstlichen

Macchiato-Joghurt

Vor- und zubereiten: ca. 10 Min.

Reifung: ca. 8 Std.

Kühl stellen: mind. 6 Std.

-
- 125 g Haselnuss-Brotaufstrich**
(z. B. Nutella)
 - ½ EL sofort lösliches Kaffeepulver**
 - 5 dl Milch**
 - 75 g Joghurt nature**
 - 1 EL Puderzucker**
 - 1 EL sofort lösliches Kaffeepulver**
-

Haselnuss-Brotaufstrich und Kaffeepulver mischen, in die Gläser verteilen. 1 dl Milch, Joghurt, Zucker und Kaffeepulver verrühren, restliche Milch darunterühren, in die Gläser füllen. Joghurt reifen lassen (siehe S. 4).

Geeignet für: Kuh- und Schafmilch sowie Sojadrink.

Tipp: Joghurt vor dem Servieren mit Kakaopulver bestäuben.

pro Glas: 274 kcal, F 15 g, Kh 26 g, E 7 g

Amaretti-Joghurt

Vor- und zubereiten: ca. 10 Min.

Reifung: ca. 8 Std.

Kühl stellen: mind. 6 Std.

-
- 5 dl Milch**
 - 90 g Joghurt nature**
 - 1½ EL Zucker**
 - 5 Tropfen Bittermandelaroma**
 - 4 weiche Amaretti, zerbröckelt**
-

1 dl Milch, Joghurt, Zucker und Bittermandelaroma verrühren, restliche Milch darunterühren, in die Gläser füllen. Amaretti begeben. Joghurt reifen lassen (siehe S. 4).

Geeignet für: alle Milchsorten.

pro Glas: 193 kcal, F 10 g, Kh 19 g, E 7 g

Kastanienjoghurt

Vor- und zubereiten: ca. 10 Min.

Reifung: ca. 8 Std.

Kühl stellen: mind. 6 Std.

-
- 75 g Kastanienkonfitüre mit Vanille**
 - 4 dl Milch**
 - 90 g Joghurt nature**
 - 1½ EL Zucker**
 - 1 dl Rahm**
-

Konfitüre in die Gläser verteilen. 1 dl Milch, Joghurt und Zucker verrühren, restliche Milch und Rahm darunterühren, in die Gläser füllen. Joghurt reifen lassen (siehe S. 4).

Geeignet für: alle Milchsorten.

pro Glas: 235 kcal, F 14 g, Kh 22 g, E 5 g

Joghurt Caramello

Vor- und zubereiten: ca. 10 Min.

Reifung: ca. 8 Std.

Kühl stellen: mind. 6 Std.

-
- 60 g Mandel-Caramel mit Schokolade**
(z. B. Daim), grob gehackt
 - 4 dl Milch**
 - 90 g Joghurt nature**
 - 1 EL Zucker**
 - 1 dl Rahm**
-

Mandel-Caramel in die Gläser verteilen. 1 dl Milch, Joghurt und Zucker verrühren, restliche Milch und Rahm darunterühren, in die Gläser füllen. Joghurt reifen lassen (siehe S. 4).

Geeignet für: Kuh- und Schafmilch sowie Sojadrink.

Tipp: Statt Mandel-Caramel beliebige Schokolade oder ganze Schokobons verwenden.

pro Glas: 262 kcal, F 18 g, Kh 18 g, E 5 g

Bild: Kastanienjoghurt



Die Verführerischen

Waldbeer-Joghurt-Torte

Vor- und zubereiten: ca. 35 Min.

Kühl stellen: ca. 4¾ Std.

Für eine Springform von ca. 26 cm Ø,
Rand gefettet, mit Klarsichtfolie ausgelegt

200 g weiche Amaretti, fein zerbröckelt

50 g Butter, flüssig, abgekühlt

500 g Joghurt nature (siehe S. 4)

120 g Zucker

1 Vanillestängel, längs aufgeschnitten,
nur ausgekratzte Samen

7 Blatt Gelatine, ca. 5 Min. in kaltem Wasser
eingelegt, abgetropft

3 EL Wasser, siedend

3 dl Vollrahm

500 g gemischte Beeren,
davon 70 g beiseite gestellt

1. Amaretti und Butter mischen, auf dem vorbereiteten Formenboden verteilen, gut andrücken. Ca. 30 Min. kühl stellen.

2. Joghurt, Zucker und Vanillesamen verrühren.

3. Gelatine mit dem Wasser auflösen, mit 5 EL Joghurtmasse verrühren, sofort gut unter die restliche Masse rühren. Rahm steif schlagen, darunterziehen, ca. 15 Min. kühl stellen, bis die Masse am Rand leicht fest ist. Die Beeren auf dem Tortenboden verteilen. Joghurtmasse darübergießen, glatt streichen. Torte zugedeckt ca. 4 Std. im Kühlschrank fest werden lassen. Formenrand und Folie entfernen, mit beiseite gestellten Beeren verzieren.

Geeignet für: Joghurt aus Kuh- und Schafmilch sowie aus laktosefreier Milch.

Stück (1/8): 160 kcal, F 11 g, Kh 10 g, E 4 g

Apfel-Joghurt-Bleckkuchen

Vor- und zubereiten: ca. 35 Min.

Backen: ca. 40 Min.

Für ein rechteckiges Backblech,
mit Backpapier belegt

200 g Butter, in Stücken, weich

250 g Joghurt nature (siehe S. 4)

450 g Zucker

1 Prise Salz

5 Eier

500 g Mehl

140 g Rosinen

2 TL Backpulver

1 TL Zimt

5 Äpfel, in Schnitzchen

1. Butter, Joghurt, Zucker, Salz und Eier in einer Schüssel rühren, bis die Masse heller ist.

2. Mehl, Rosinen, Backpulver und Zimt mischen, mit den Äpfeln daruntermischen. Teig im vorbereiteten Blech verteilen.

3. Backen: ca. 40 Min. in der Mitte des auf 180 Grad vorgeheizten Ofens. Herausnehmen, auf einem Gitter etwas abkühlen.

Geeignet für: Joghurt aus Kuh- und Schafmilch sowie aus laktosefreier Milch.

Stück (1/24): 271 kcal, F 9 g, Kh 41 g, E 4 g



Die Erfrischenden

Birnen-Ingwer-Lassi

Vor- und zubereiten: ca. 10 Min.
Für 4 Gläser von je ca. 2 dl

-
- 2 Birnen, in Stücken
 - 300 g Joghurt nature
 - 1 cm Ingwer
 - 6 Eiswürfel
 - 4 EL Birnendicksaft (Birnel)
-

Birnen, Joghurt, Ingwer und Eiswürfel pürieren, Birnendicksaft darauf verteilen.

Portion: 138 kcal, F 3 g, Kh 24 g, E 3 g

Curry-Joghurt-Dip

Vor- und zubereiten: ca. 10 Min.

-
- 150 g Joghurt nature
 - ½ TL Curry
 - 2 Prisen Salz
 - wenig Pfeffer
-

Joghurt und alle restlichen Zutaten verrühren, zugedeckt ca. 20 Min. kühl stellen.

Passt zu: Gemüestängeli, Gschwellti oder kalt aufgeschnittenem Roastbeef.

Portion: 24 kcal, F 1 g, Kh 2 g, E 1 g

Dill-Joghurt-Dip

Vor- und zubereiten: ca. 10 Min.

-
- 150 g Joghurt nature
 - 1 TL Dill, fein geschnitten
 - 2 Prisen Salz
 - wenig Pfeffer
-

Joghurt und alle restlichen Zutaten verrühren.

Passt zu: geräuchertem Fisch, Gschwellti.

Portion: 24 kcal, F 1 g, Kh 2 g, E 1 g

