

Yogur clásico

Con esta receta clásica, se logra un yogur de sabor fresco con matices afrutados y mínimamente ácido. En cambio, con nuestra receta de yogur estilo natilla, el yogur sale más espeso, con un sabor más como a natilla o leche cocida y menos ácido. Ambos estilos aprovechan nuestro método “alto-bajo”, que arranca la fermentación del cultivo en caliente, pero luego deja que el yogur coagule a una temperatura menor para que quede con una textura homogénea.



Rinde para: Ver la tabla a continuación.

Tiempo: 1 hora de preparación y de unas 3 a 4 horas de incubación en el Fermentador Plegable.

Ingredientes	Por volumen			
	Leche (entera, semidescremada o descremada)	4 tazas (1 litro)	2 litros (½ galón)	4 litros (1 galón)
Cultivo iniciador de yogur natural*	2 cucharadas (30 ml)	¼ de taza (60 ml)	½ taza (120 ml)	1 taza (240 ml)
	Por peso			
Leche (entera, semidescremada o descremada)	1 kg (2,2 lb)	2 kg (4,4 lb)	4 kg (8,8 lb)	8 kg (17,6 lb)
Cultivo iniciador de yogur natural*	30 g (1 oz)	60 g (2 oz)	120 g (4 oz)	240 g (8 oz)

*Ya sea un yogur natural con cultivos vivos de venta en las tiendas o uno casero reservado de una tanda anterior.

Equipos: Fermentador y Caja de Cocción Lenta Plegable Brød & Taylor (sin la bandeja de agua), termómetro, cuchara grande o varillas, y tarros de vidrio u otros recipientes resistentes al calor con capacidad para 1 litro o menos. Todo lo que esté en contacto con la leche debe estar bien limpio y seco.

Nota: Al usar el Fermentador Plegable para hacer yogur, asegúrate de que no haya agua en la bandeja de agua. Esta bandeja no es necesaria para hacer yogur. Puedes retirarla del Fermentador o dejarla vacía. No le agregues agua, sino la configuración de temperatura se verá afectada.

Calentar la leche hasta llegar a 74 °C (165 °F). Ya sea en el microondas o en la estufa, pon la leche a calentar hasta que llegue a 74 °C (165 °F). Si vas a hacerlo en la estufa, revuélvela frecuentemente para evitar que se queme.

Consejo: Revolver o batir la leche de modo que la superficie se llene de burbujas evitará que forme una película durante el calentado y enfriado.

Enfriar la leche hasta llegar a 46 °C (115 °F). Retira la leche del calor y déjala enfriar hasta que llegue por lo menos a 46 °C (115 °F). Para que enfríe más rápido, introduce el recipiente de leche en una olla o en el fregadero con agua fría del grifo. Mientras enfría, monta el Fermentador con la rejilla en su lugar y configura la temperatura a 49 °C (120 °F).

Añadir el yogur con cultivos vivos a la leche. Para inocular la leche, echa el cultivo iniciador de yogur con cultivos vivos a un tazón pequeño. Añádele gradualmente suficiente leche tibia para diluir la mezcla y revuélvela hasta que quede homogénea. Luego, vierte el cultivo ahora líquido de nuevo en el recipiente grande de leche y revuélvelo ligeramente para distribuirlo. Por último, vierte la leche en los tarros de incubación, tápalos y ponlos en el Fermentador.

Consejo: Para que la circulación del calor sea óptima y la temperatura de incubación sea exacta, coloca los tarros de modo que no estén directamente en el centro del Fermentador.



Incubarla a 49 °C (120 °F) durante 1 hora y luego bajar la temperatura a 30 °C (86 °F). Programa 1 hora en un temporizador de cocina y baja el Fermentador a 30 °C (86 °F) pasada esa hora. Es importante no dejar que el yogur permanezca a 49 °C (120 °F) por más de 1 hora para evitar la separación del suero y la textura grumosa causadas por una incubación excesivamente larga a una temperatura demasiado alta.

Revisar el yogur después de 2 horas. Para revisarlo, inclina ligeramente un tarro para ver si la leche ha coagulado. Si has usado una leche de mayor contenido proteico o un cultivo de acción rápida, puede estar listo en solo 2 horas (1 hora a 49 °C o 120 °F más 1 hora a 30 °C u 86 °F). La mayoría de los yogures toman de unas 3 a 4 horas en coagular, pero también puedes incubarlo por más tiempo para intensificar su sabor y acidez. Cuando esté listo, ponlo en el refrigerador y déjalo enfriar por completo. Asegúrate de reservar la cantidad suficiente de yogur para arrancar la siguiente tanda.

Consejo: Te recomendamos incluir un recipiente pequeño entre los tarros de incubación de mayor tamaño para que puedas quitarlo fácilmente antes y lo reserves en el refrigerador como cultivo iniciador para la siguiente tanda de yogur.