

Yogur de coco

Esta deliciosa receta de yogur de coco es una excelente opción para los amantes del coco o para los que prefieren evitar los lácteos tradicionales.



Rinde para: Ver la tabla a continuación.

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

Ingredientes	Por volumen	Por peso
Leche de coco de caja (baja en grasa, sin endulzar)	2 litros (½ galón)	2 kg (71 oz)
Leche de coco, en lata	1⅓ tazas (398 ml)	398 ml (13,5 oz)
Azúcar	½ taza	100 g (3,5 oz)
Maicena	1 taza, no muy compacta	120 g (4,2 oz)
Sal	⅓ de cucharadita	2 g (0,07 oz)
Cultivo iniciador de yogur*	½ taza + 2 cucharadas	151 g (5,3 oz)

*Puede ser un yogur de coco o uno lácteo común con cultivos vivos de venta en las tiendas. También puedes usar un cultivo iniciador de yogur vegano en sobre según las instrucciones del producto.

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.

Poner la mezcla de coco a hervir. Mezcla la leche de coco en lata con el azúcar, la maicena, la sal y luego bátelo todo hasta que quede homogéneo. Luego, añade los 2 litros (½ galón) de leche de coco baja en grasa de caja sin dejar de batir. Ya sea en el microondas o en la estufa, pon la mezcla a hervir y revuélvela ocasionalmente para distribuir la maicena y el azúcar, y para evitar que se queme. Hiérvela a fuego lento y revuélvela solo hasta que espese (la mezcla todavía tendrá la consistencia necesaria para verterse).

Enfriar la mezcla de leche de coco hasta llegar a 46 °C (115 °F). Retira la mezcla del calor y cúbreala o tápala para evitar la formación de una película. Déjala enfriar hasta que llegue por lo menos a 46 °C (115 °F). Para que enfríe más rápido, introduce el recipiente de leche de coco 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 mezcla de coco. Para inocular la leche, echa el cultivo iniciador de yogur con cultivos vivos a un tazón pequeño. Añádele gradualmente la cantidad suficiente de la mezcla tibia de leche de coco para diluir el yogur y revuélvela hasta que quede homogénea. Luego, vierte el cultivo ahora líquido de nuevo en el recipiente grande de la mezcla

de leche de coco 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 dañar el cultivo, que puede ocurrir por una incubación excesivamente larga a una temperatura demasiado alta.

Revisar el yogur después de 3 horas. Después de 1 hora a 49 °C (120 °F) y 2 horas más a 30 °C (86 °F), revisa el yogur. Para hacerlo, inclina ligeramente un tarro para ver si la leche ha coagulado. Si ya ha coagulado, podrás retirar el yogur o, si quieres intensificar su sabor, incúbalo por más tiempo. 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.