

# Tvaroh z mléka Milknatur®

Návod na přípravu cca 1,2 kg tvarohu z 10 litrů mléka Milknatur® s doporučenou spotřebou čtyři dny. Menší množství lze dělat při použití adekvátně nižšího množství ingrediencí. Návod je přizpůsoben velikosti balení mléčné kultury Laktoflora a ideálnímu dávkování dalších ingrediencí.

**Doba přípravy:** cca 2,5 dne (z toho aktivně pracujete cca 2,5 hodiny)

**Doporučená doba konzumace po zhotovení:** do čtyř dnů

**Vyrobené množství:** 1,2 kg tvarohu

## Ingredience:

- ✓ 1 + 10 l mléka Milknatur®
- ✓ sušená smetanová kultura Laktoflora (v prodeji na farmě Milknatur v Líních)
- ✓ 5 ml 36procentního roztoku chloridu vápenatého (na farmě)
- ✓ 0,6 ml syřidla Laktosin (na farmě)

## Další specifické potřeby:

- ✓ Hrnc o objemu 10 l (nebo dva o objemu 5 l)
- ✓ Tvořící formičky na kostky nebo koláče tvarohu
- ✓ Lisovací pytlíky (v prodeji na farmě) nebo látkových vodu propustných sáčků obdélníkového tvaru

## Příprava:

- a) První den si připravte smetanový zákys – Do jednoho litru mléka Milknatur® ohřátého na teplotu 23°C (teplejší pokojová teplota) přidejte sušenou smetanovou kulturu Laktoflora. Poté kulturu řádně rozmíchejte a kultivujte při teplotě 23°C zhruba 16 až 20 hodin. Po kultivaci smetanový zákys vychladte vložením do lednice.  
Smetanový zákys se nemusí používat hned. V lednici vydrží až tři dny. Ne déle. Pak už je nutné jej použít k výrobě sýru nebo ⇨ (viz rámeček).
- b) K přípravě tvarohu z 10 litrů mléka stačí dále jen 200 ml smetanového zákysu (zpravidla 2 % z množství použitého mléka). Zbytek zákysu můžete využít k vaření či zkonsumovat samotný. Deset litrů mléka Milknatur® zahřejte na 22 až 24°C (teplejší pokojová teplota) a za stálého míchání vlijte 200 ml smetanového zákysu.
- c) Po promíchání přidejte do mléka se zákysem 5 ml 36% roztoku chloridu vápenatého (později zlepšuje srážení mléka, zvyšuje výtěžnost a brání vzniku syrového prachu).
- d) Připravte si syřidlo. 0,6 ml syřidla Laktosin rozřeďte ve vlažné vodě v poměru 1:10 (cca 6 ml vody).
- e) Do mléka přidejte roztok syřidla. Míchejte zhruba minutu a pak v opačném směru, aby se mléko ustálilo (nebylo v pohybu). Pak se začne srážet.
- f) Mléko nechte srážet zhruba 16 až 20 hodin.
- g) Poté sraženinu rozkrojte a po vyvstání syrovátky celý obsah několikrát pomalu promíchejte.
- h) Poté směs sraženiny a syrovátky přelijte do lisovacích pytlíků. Po naplnění je zavažte a lisujte tak, že je naskládáte na sebe, aby se zatížily vlastní vahou.



Pokud byste chtěli dělat za pár dní další sýr, je možné zákys přeočkovat, abyste si nemuseli kupovat další balíček Laktoflory. Z hotového zákysu odeberte 200 ml a upravte stejně jako v bodu a) s jedním litrem mléka Milknatur®. Po 20 hodinách budete mít další várku zákysu. Její trvanlivost je opět tři dny. Přeočkování lze udělat nejvýše 10krát po sobě.

# Tvaroh z mléka Milknatur®

- i) Po půl hodině pytlíky přeskládejte tak, aby ten spodní byl nahoře a ten horní vespod.
- j) Toto přeskládávání provádějte až do úplného vylisování tvarohu.
- k) Poté tvaroh vysypte z lisovacích pytlíků do tvořítek. Tam ho opět mírně zatěžujte, aby se dál lisoval a dostal konečný tvar výrobku.
- l) Po hodině je možné jej z tvořítek vyndat a začít konzumovat. Tvaroh je ale možné v tvořítkách uchovávat při 8°C do doby spotřeby, cca čtyři dny.



**Ať se dílo podaří a dobrou chuť!**