

自製乳酪

一公升煲鮮盒連蓋

真空煲或能保溫的器具一個

(沒真空煲可以到十蚊店買一個發泡膠保溫箱代用)

材料:

一公升鮮奶

鮮乳酪 3 湯匙

做法:

1. 鮮奶不要放雪櫃，要用室溫的奶。(或使鮮奶溫度至 42-46 度)
2. 將鮮奶倒入煲鮮盒與鮮乳酪混合。(先用少許奶溶了乳酪再倒入奶中比較好混合)
3. 蓋好蓋子。
4. 煮沸一鍋水倒入真空煲內煲，放入保鮮盒，真空煲內的水大約至煲鮮盒高度 70%。(放入保鮮盒後，水至保鮮盒的 70%)
5. 蓋上真空煲蓋，放置八小時即成。
6. 放雪櫃可保存二星期。

註:

- 這是原味乳酪做法，喜愛甜的可以先將糖溶在奶內，再放至室溫使用。
- 也可以用奶粉代替鮮奶，我試過用有機羊奶粉做，一樣成功。
- 用低脂奶做出來會比較稀，用全脂會比較稠。
- 放置八小時酸味不會太重，感覺像是在吃燉奶，放置十六小時會比較酸，不是太多香港人能接受，所以時間還是看個人口味。
- 吃到最後請留下三湯匙作為下一次的乳酪種籽。
- 一公升奶做的乳酪，一天吃一碗大約可吃七天。
- 網上教的方法是把牛奶加溫，再降到 42-46 度使用，我用我以往做的方法，所以使用室溫。

資料來源: 楊桃文化廚藝討論區

電飯煲做自制乳酪方法(打開網頁後請拉至最底下)



超市就能買到的材料



市售其中一款制乳酪器



C保暖冰袋

D發泡膠盒