



## Kokos-Joghurt - vegan

### Zutaten:

- 400 ml Kokosmilch (mind. 75% Kokos, max 25% Wasser)
- 600 ml Kokosdrink (aus dem Karton)
- 3/4 bis 1 TL Agar Agar
- Joghurtferment (sollte für die Herstellung von Sojajoghurt geeignet sein, Mengenangaben auf der Packung beachten)  
oder
- 100 ml Joghurt

### Zubereitung:

Joghurtferment in ca. 100 ml kalten Kokosdrink geben und gut verrühren, bis es sich aufgelöst hat.

Die Dose mit der Kokosmilch öffnen und gut durchrühren.

200 ml der Kokosmilch mit 3/4 bis 1 TL Agar Agar unter rühren aufkochen und 2 Min. köcheln lassen. Nun den restlichen Kokosdrink (500 ml) und die restliche Kokosmilch (200 ml) mit in den Topf geben und durchrühren. Alles auf 38 °C abkühlen lassen.

Die angerührte Starterkultur (oder Joghurt) unter die Milch mischen.

Nun ein großes oder mehrere kleine Joghurtbehälter ca. 3/4 voll füllen, den Deckel lose drauf legen und für 5 bis 18 Stunden bei einer möglichst konstanten Temperatur von ca. 38 °C warmhalten.

Am besten funktioniert das in einem Joghurtbereiter.

Alternativ den Backofen auf 50°C vorheizen und auf ca. 38 °C abkühlen lassen, dann den Joghurt für 5 bis 18 Stunden hineinstellen und die Tür nicht öffnen.

Ich habe den Joghurt in meinem Dörrgerät bei 35°C 5 Stunden warmgehalten. Das hat hervorragend funktioniert.

### Tipps & Infos:

Man sollte sehr saubere Joghurtbehälter und sauberes Kochbesteck bei der Zubereitung verwenden.

Der Joghurt muss in Ruhe stehen, also nicht daran rütteln oder schütteln, das mögen die Joghurtkulturen gar nicht.

Joghurtkulturen sind Bakterien und diese vermehren sich am besten bei ca. 38°C. Ist die Temperatur etwas niedriger, macht das nicht viel aus, aber wenn sie höher als 42 °C ist, gehen die Joghurtkulturen kaputt.

Je kürzer man den Joghurt fermentieren lässt, desto milder aber auch flüssiger wird er. 5 bis 12 Stunden sind hier optimal. Wer es fester mag, lässt ihn 15 bis 18 Stunden fermentieren. Dann ist der Joghurt allerdings auch saurer.

Man kann seinen selbst hergestellten Joghurt bei der Herstellung von neuem Joghurt ca. 5 - 6 mal als Starterkultur verwenden, um seine Pflanzenmilch zu impfen (so nennt man das, wenn man Milch und Starterkultur mischt). Danach braucht man neues Joghurtferment.

Sollte der Joghurt nicht fest geworden sein oder sollten sich 2 Schichten gebildet haben, den Joghurt durchrühren und in den Kühlschrank stellen. Es ist möglich, dass der Joghurt zu warm war und das Agar-Agar ihn noch nicht richtig angedickt hat. Im Kühlschrank sollte er dann fester werden.

Der Joghurt hält sich ca. eine Woche im Kühlschrank.