



nutrimmun - die Ernährungsspezialisten.

Joghurtbereitung mit probiotik[®] pur

Mit probiotik[®] pur können Sie leicht und unkompliziert einen wohlschmeckenden probiotischen Joghurt selbst herstellen...

Wohlschmeckende Power für das Immunsystem

Sie benötigen dafür lediglich 1 Liter Milch, 2 Beutel probiotik[®] pur, etwas Wärme und Zeit:

Um eventuell schädliche Keime abzutöten, sollte man die Milch vorher kurz abkochen. Ist die Milch auf ca. 40°C abgekühlt, rührt man 2 Beutel probiotik[®] pur sorgfältig hinein. Diese Mischung in die Gläschen eines Joghurtbereiters füllen und ca. 10-12 Stunden bei ca. 40°C fermentieren lassen, bis der Joghurt fest ist. Danach sollte der fertige Joghurt noch ein paar Stunden im Kühlschrank abkühlen und nachreifen.

Zu beachten ist, dass der probiotische Joghurt durch Umrühren flüssiger wird als der gekaufte Joghurt.

Im Kühlschrank ist dieser selbstgemachte Joghurt bis zu 10 Tagen haltbar.

Bitte beachten: Stets saubere Gefäße benutzen!

Diese Art der Joghurtbereitung funktioniert übrigens auf die gleiche Weise auch mit probiotik[®] sport oder probiotik[®] start.

Tipp für Bequeme

Bei Verwendung von H-Milch muss diese vorher nicht abgekocht werden.

Vorteile des Joghurts aus probiotik[®] pur:

- Die Anzahl von lebenden, probiotische wirksamen Keimen ist sehr hoch (10^{10} bis 10^{12} Keime pro ml).
- Reiner Naturjoghurt ohne Zusätze von Konservierungsmitteln, Aromen oder Stabilisatoren.
- Die Wahl der Milch bestimmen Sie selbst: z.B. Biomilch, Sojadrink, u.a.
- Hochwertige, aber dennoch kostengünstige Alternative zu herkömmlichen probiotischen Drinks aus dem Supermarkt.