





# Selber Milchprodukte herstellen

## Quark 1

**Geräte:** Zwei Schüsseln, großes Sieb, Schneebesen, Leinentuch, Schnur

**Zutaten:** 1l Milch, 1 Esslöffel Dickmilch, Kefir oder Buttermilch

<b>1</b>	Fülle die Milch in eine Schüssel.	
<b>2</b>	Gib einen Esslöffel der Dickmilch, Kefir oder Buttermilch hinzu und verrühre das Ganze gründlich mit dem Schneebesen.	
<b>3</b>	Decke die Schüssel mit dem Leinentuch ab und stelle sie an einen warmen Ort (Zimmertemperatur 22°C). Lass sie dort mindestens 24 Stunden oder besser sogar 48 Stunden (2 Tage) ruhen.	<b>A</b> 
<b>1-2 Tage Pause</b>		
<b>4</b>	Nun stelle die Schüssel komplett mit dem Tuch für ca. 90-120 Minuten in den Ofen bei ungefähr 30-35°C.	<b>B</b> 





## Quark 2

<b>5</b>	Stelle das Sieb auf die zweite Schüssel und lege es mit dem Leinentuch aus.	
<b>6</b>	Schütte den gesamten Inhalt aus der Milchschiessel vorsichtig in das Sieb mit dem Tuch.	
<b>7</b>	Stelle nun die Schüssel mit dem Sieb in den Kühlschrank und lass sie dort bis zum nächsten Tag stehen.	
	<b>1 Tag Pause</b>	
<b>8</b>	Der Quark hat sich von der Molke getrennt. Den fertigen Quark kannst du nun aus dem Tuch nehmen, in der Schüssel bleibt die Molke zurück.	

