

Skutečně
zdravá škola



NÁVOD NA VÝROBU MĚKKÉHO SÝRU

JEDNODUCHÁ VÝROBA MĚKKÉHO SÝRU

Za hodinu můžete s žáky vyrobit kvalitní čerstvý měkký sýr.

Co budu potřebovat:
elektrická / plynová varná deska,
velká pánev, lžíce na míchání,
lžička, ostrý nůž, lis na citron,
teploměr, síto, mušelínové
plátno



Potřebné suroviny:

4 litry mléka

(nehomogenizované), čerstvé
nebo sušené byliny, pár citrónů,
sůl, chlorid vápenatý (pokud
používáte homogenizované
mléko)

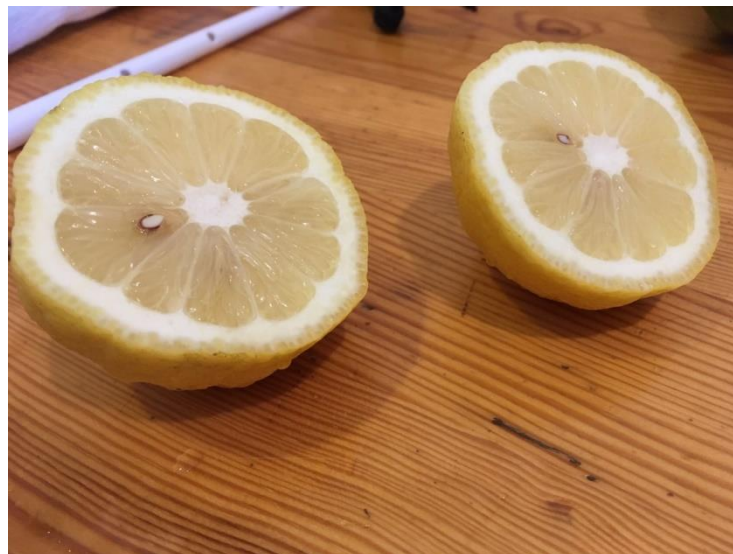
Skutečně zdravá škola

Pomalou zahříváte
nehomogenizované mléko,
dokud teplota nedosáhne
přibližně 75 stupňů C.
Míchejte, aby se mléko
nepřipálilo.

Pokud používáte
homogenizované mléko,
přidejte chlorid vápenatý.



Šťávu z citronů přidávejte po malých dávkách do mléka, aby se bílkoviny postupně oddělili.



**Skutečně
zdravá škola**

**Udržujte mléko teplé a
míchejte, aby se sýr
oddělil od syrovátky.**

**Přidejte sůl podle
chuti.**



Skutečně
zdravá škola

Proced'te syrovátku přes
mušelínové plátno a síto.



Nakrájejte do sýru čerstvé bylinky nebo přidejte sušené.



Skutečně
zdravá škola

Vytvarujte sýr do tvaru
bochánku a ozdobte.

Sýr ochutnejte (a pokud
chcete, ochutnejte také
syrovátku!)



Tento materiál vznikl v rámci projektu „Rozvoj programu Skutečně zdravá škola“, který je spolufinancován Státním fondem životního prostředí České republiky na základě rozhodnutí ministra životního prostředí.

www.sfzp.cz

www.mzp.cz



Ministerstvo životního prostředí