

طريقة عمل زبادي جوز الهند في المنزل

الوقت الكلي: 12-24 hours min النشخص : 4

وقت الطبخ: 12-24 hours min وقت التحضير: 5 min
المكونات:

2 عبوة من حليب جوز الهند كامل الدسم, يفضل أن يكون عضوي
2 كبسولة بروبايوتيكس
2/1 ملعقة صغيرة من العسل (اختياري)

الخطوات:

يتم تعقيم إناء أو وعاء كبير من الزجاج من خلال غسله أو نغطيته بهاء مغلي. ثم يجفف جيداً.
يتم إضافة حليب جوز الهند للوعاء المختار, ونضيف البروباويوتكس ونخلط جيداً. ثم نضيف العسل, إذا كنا سنستخدمه.
نضع الخليط في الفرن مع إشعال الغاز أو الشعلة أو المهجف على درجة حرارة 110 ف (45س) من 12 الى 24 ساعة, حتى يتخثر حليب جوز الهند ويصبح مذاقه مثل الزبادي.

ملاحظات:

إذا كانت هناك رواسب لونها وردي أو رهادي على الزبادي بعد تخميره فهذا يعني أنه يحتوي على بكتيريا سيئة ويجب عليكم التخلص منه لأنه أصبح غير صالح للأكل.