

die KUNST *der*
NATÜRLICHEN
KÄSEHERSTELLUNG

Mit traditionellen,
nicht-industriellen Methoden
und rohen Zutaten
für die Erzeugung der
besten Käse der Welt.



DAVID ASHER

Vorwort von Sandor Ellix Katz

PHOTOGRAFIEN von KELLY BROWN



Mobiwell Verlag

INHALTSVERZEICHNIS

Vorwort	8
Einleitung	10
Danksagung	12
Einführung	17
1: Bekenntnis zur natürlichen Käseherstellung	23
2: Milch	35
3: Kultur: Die Ökologie von Käse	49
4: Lab	67
5: Salz	83
6: Werkzeuge	93
7: Die Käsehöhle	107
8: Kefir	119
9: Joghurtkäse	139
10: Panir	153
11: Chèvre	161
12: Gereifte Chèvre-Käse	171
13: Einfacher Labbruch	191
14: Pasta-Filata-Käse	205
15: Feta	225
16: Weißrindenkäse	235
17: Blauschimmelkäse	245
18: Schmierrindenkäse	265
19: Bergkäse	275
20: Gouda	287
21: Cheddar	297
22: Molkekäse	311
23: Kultivierte Butter	327
Anhang A: Sauerteig	339
Anhang B: Molkestarter	343
Anhang C: Rahmenplan für natürliches Käsen	345
Anhang D: Tipps zur Fehlerbehebung	348
Anhang E: Vergleich von Mikroorganismen in üblicherweise verwendeten Startern, Rohmilch und Kefir	353
Kommentierte Bibliographie	355
Index	

die KUNST *der*
NATÜRLICHEN
KÄSEHERSTELLUNG



KAPITEL NEUN



Joghurtkäse

Joghurtkäse ist wohl der weltweit am häufigsten verzehrte Käse. Noch nie davon gehört? Kein Wunder.

Man kennt diesen Käse im Mittleren Osten als Labneh, in Frankreich als Fromage frais und als Queso blanco in den spanischsprachigen Ländern. Aber die englische Sprache kennt nicht einmal eine Bezeichnung für diese Käsearten; wenn man in englischsprachigen Ländern überhaupt einen solchen Käse bekommt, dann trägt er einen ausländischen Namen.

Warum sind nun diese Käse die am meisten verzehrten? Weil sie am einfachsten zuhause zuzubereiten sind. Und weshalb kennt man sie in unserer Kultur nicht? Wir sind dazu erzogen worden, um die Sicherheit unserer Milchprodukte zu fürchten, sodass wir die Käserei den professionellen Produzenten überlassen. Dabei sind diese Käse so einfach herzustellen, so sicher und so köstlich – es ist wirklich ein Wunder, dass wir sie nicht selbst machen.

Für die Zubereitung von Joghurtkäse braucht man weder einen Herd noch Lab oder sonst irgend ein besonderes Zubehör. Er entsteht durch Milch, die ganz natürlich mit Hilfe von Bakterienkulturen eindickt. Dann hängt man diese dickgelegte Milch in ein Käsetuch zum Abtropfen, bis daraus weicher Frischkäse geworden ist. Das war's!

Wenn Sie nur einen Käse herstellen möchten, dann versuchen Sie es mit einem von diesen Joghurtkäsen. Die Methoden dafür sind einfach, aber vielseitig einsetzbar, schnell und doch lecker. Möchte man gerne auf humane Weise käsen oder halal oder auch koscher, indem man auf Lab verzichtet, kann man diese Käse zubereiten, ohne seine Werte oder Glaubenssätze zu verraten.

Das Verfahren

Joghurtkäse wird in zwei Etappen hergestellt: Zunächst wird die Milch mit Hilfe von Bakterienkulturen eingedickt, dann wird die eingedickte Milch in einen Abseihler gegeben, wo die Molke abtropfen und aus der Milch Käse werden kann. In zwei weiteren Schritten kann man zu diesen einfachen Käsen Aroma und Langlebigkeit hinzufügen, nämlich durch Salzen und Zugeben von Kräutern. Zur Erläuterung dieser Stadien und Schritte gibt es hier noch ein paar weitere Informationen über das ganze Verfahren.

Eindicken der Milch

Wenn Milch sauer wird, dann dickt sie ein. *Lactobacillus*-Bakterienkulturen ernähren sich vom Milchsücker in der Milch und wandeln ihn zu Milchsäu-



re um. Im Laufe des Säuerungsprozesses verändern die Proteine, die säureempfindlich sind, ihre Form. Die denaturierten Proteine setzen sich von der Milch ab und bilden eine neue Struktur, die man Bruch nennt. Wenn man diesen Bruch dann abhängen lässt, gibt er die Molke ab und verwandelt sich in Käse.

Joghurt ist nur eins von vielen dickgelegten Milchprodukten, aus dem man durch Abhängen Käse machen kann. Jedes frische Milchprodukt, das mit Hilfe von nützlichen Bakterien eingedickt wurde, kann – in Käsetuch abgehängt – zu Käse werden. Joghurt aus Kuh-, Ziegen- oder Schafmilch, Kefir, Crème fraîche und Dickmilch sind geeignete Ausgangsprodukte, und aus jedem wird eine andere Art von Käse.

Joghurt, der im Käsetuch abhängt, wird zu Traumkäse, einem Frischkäse mit einer wundervollen Konsistenz, die an Rahmkäse erinnert, jedoch ein wesentlich vielfältigeres Aroma besitzt.

Aus Ziegenjoghurt, der im Käsetuch abhängt, wird Chèvre. Chèvre, der auf diese Weise hergestellt wurde, schmeckt würziger und cremiger als der Chèvre aus dem Rezept von Kapitel 11, weil er ohne Lab gekäst wird. Dadurch enthält der Bruch mehr Feuchtigkeit, der ihn weicher und säuerlicher macht. Ähnlich verhält es sich mit abgehängtem Schafmilchjoghurt, der sich schließlich in einen köstlichen Käse namens Brebis verwandelt.

Rohmilch dickt ganz natürlich ein, wenn man sie bei Zimmertemperatur stehen lässt. Die nützlichen Bakterienkulturen in der Rohmilch säuern und dicken die Milch ein zu einer köstlich dicken Milch, die Dickmilch heißt. Wenn man Dickmilch in ein Käsetuch hängt, wird daraus ein wunderbarer Käse, den man Quark nennt.

Auch Kefir kann man wie Joghurt abhängen lassen; das Ergebnis ist ein weicher Frischkäse, den man oft als Kefirkäse bezeichnet. Konsistenz und Geschmack ähneln abgehängter Dickmilch. Eben-

so lässt sich Crème fraîche im Käsetuch abhängen. Nach dem Abtropfen der Molke hat man einen buttrigen Rahmkäse bekommen.

Abtropfen des Bruchs

Das Abtropfen selbst übt Druck auf den Bruch aus, was die Molke langsam herauspresst. Während die Molke herauströpft, dickt der Bruch zu Käse ein. Insgesamt dauert es etwa 24 Stunden, bis der Bruch sich durch Abtropfen zu einem halbfesten Käse verwandelt hat. Allerdings kann der Bruch, je nach gewünschter Konsistenz, länger oder kürzer abgetropft werden.

Am wirksamsten kann man den Bruch durch Abhängen abseihen. Bruch kann man abhängen, indem man das mit ihm gefüllte Käsetuch an einem Holzlöffel festbindet und den Löffel dann mit dem Bruchpäckchen über den Rand eines tiefen Topfes legt. Man kann viereckige Käsetücher an den vier Ecken zu einem festen Knoten binden und dann den Löffel zwischen Knoten und Käse schieben. Käsetücher in bestimmten Formaten, wie nachstehend beschrieben, können das Knoten und Abhängen vereinfachen.

Man kann den Bruch getrost bei Zimmertemperatur zu Käse abtropfen lassen. Diese traditionelle Methode der Haltbarmachung von Milchprodukten ist sicher und effektiv, und man kann unbesorgt diese Milchprodukte außerhalb des Kühlschranks stehen lassen. Durch das Abtropfen der Molke und die Umwandlung in Käse reduziert sich der Feuchtigkeitsgehalt; dadurch verlangsamt sich das Bakterienwachstum, und der Käse wird so haltbar gemacht.

Diese Käse müssen nicht in der kühlen Umgebung eines Kühlschranks abgehängt werden, um sie zu konservieren. Tatsächlich könnten dadurch sogar etliche Probleme entstehen. Die Senkung der Temperatur führt zu einem verlangsamt Ab-

tropfen der Molke, wodurch der Bruch länger zum Entwässern braucht. Weil die Käse außerdem der Luft im Kühlschrank ausgesetzt sind, nehmen sie alle üblen Gerüche des Kühlschranks auf: Zwiebeln, Fisch und die Reste von gestern verbreiten nicht gerade die Düfte, die zum Käse passen!

Salzen

Joghurtkäse kann man gleich nach dem Abhängen essen. Oder man salzt sie und lässt sie noch einmal abhängen, damit das Salz noch mehr Feuchtigkeit herausziehen kann. Das festigt den Käse und hilft dabei, ihn haltbar zu machen, weil es das Bakterienwachstum zusätzlich bremst. Lässt man sie ungesalzen, dann haben sie durch ihren hohen Feuchtigkeitsgehalt ein eher kurzes Leben: Im Kühlschrank halten sie sich nur ein paar Tage. Aber gesalzen lassen sich diese Käse mindestens ein paar Wochen länger aufbewahren wegen ihres niedrigen Feuchtigkeitsgehalts.

Sind die Käse gut gesalzen und trocken genug, können Sie sie auch haltbar machen, indem Sie sie zu Kugeln rollen und in Olivenöl tauchen. Oder zu Blauschimmel-Frischkäse reifen wie in den nachfolgenden Rezepten.

Kräuter dazugeben

Man kann den Käsen alle Arten von frischen oder getrockneten Kräutern und Gewürzen zugeben. Die meisten Käser verwenden aber

ausschließlich getrocknete Kräuter. Frische Kräuter bringen weitere Feuchtigkeit ein, was die Haltbarkeitsdauer des Käses verkürzt. Trotzdem sorgen frische Kräuter für wesentlich schmackhaftere Aromen und Farben als ihre getrockneten Geschwister – achten Sie einfach darauf, den Käse rascher zu verpeisen.



Mit Durags machen Sie einen kriminell guten Käse!

Der richtige Zeitpunkt, die Kräuter hinzuzufügen, ist gegen Ende des Verkäsungsprozesses. Gibt man die Würzmittel hinzu, solange die Käse noch abhängen, verschwinden die Aromen großenteils wieder mit der abtropfenden Molke. Die Kräuter oder Gewürze mischen Sie am besten einfach in den fertig zubereiteten Käse und lassen die Aromen ein oder zwei Stunden durchziehen, bevor Sie den Käse genießen.

Käsetuch – Wie man es richtig macht

Besorgen Sie sich ein hochwertiges Käsetuch – Hauptsache, nicht so ein erbärmliches Wegwerfzeug aus dem Supermarkt. Da sind die Löcher so groß, dass der Joghurt einfach durchrutscht. Diese locker gewobenen Tücher muss man in fünf Lagen verwenden, um den Bruch drinnen zu behalten. Dafür brauchen Sie fast das ganze Päckchen Tücher. Außerdem kann man dieses lockere Material nach nur einmaligem Gebrauch nicht reinigen, ohne es zu beschädigen.

Es gibt eine Menge besserer Materialien, die als Käsetuch wiederverwendet oder zweckentfremdet werden können, um Joghurtkäse herzustellen. Pro-

fessionelle Käser verwenden Musselin, ein stärker gewobenes Tuch aus Baumwolle oder Nylon. Locker gewobene Seidenschals, transparente Polyestervorhänge, Brautschleier, ja sogar Nylonstrumpfhosen eignen sich wirklich gut als Käsetuch. Meinen ersten Käse dieser Art habe ich mithilfe eines Kopfkissenbezugs zubereitet. Das hat mich dazu inspiriert, ihn Traumkäse zu nennen.

Am meisten empfehle ich ein Durag als Käsetuch. Durags, diese bei Rappern und Gangstern so populären Kopftücher, sind wie geschaffen fürs Käsen! Sie haben genau die richtige Gewebestärke, um den Bruch zurückzuhalten und die Molke abfließen zu lassen. Es handelt sich um ein Tuch in Kopfform, das die passende Größe besitzt, um eine große Ladung Joghurtkäse herzustellen, mit zwei langen Bändern dran, um den Bruch an einem Holzlöffel zum Abtropfen aufzuhängen. Die langen Bänder kann man auch zum Ausdrücken des Käses verwenden, das verkürzt die Abhängzeit und sorgt für einen besonders festen und runden Joghurtkäse, den man leicht reifen kann. Diese Tücher sind einfach in der Anwendung, leicht zu reinigen und echt cool: Mit Durags machen Sie einen kriminell guten Käse!

REZEPTE

TRAUMKÄSE

Traumkäse ist ein Käse ohne Grenzen: Auf der ganzen Welt machen Menschen diesen Käse, indem sie ihren Joghurt über Nacht abhängen, um ihn haltbar zu machen – der abtropfende Joghurt dickt gerade rechtzeitig fürs Frühstück zu Käse ein.

Obwohl er natürlich am besten schmeckt, wenn Sie Ihren Käse aus einem zuerst aus hochwertiger unhomogenisierter Milch selbst produzierten Jo-

ghurt herstellen (Kapitel 8), lässt er sich natürlich auch aus handelsüblichem Joghurt zubereiten. Achten Sie aber bei Ihrer Auswahl auf die Joghurtsorte, die Sie verwenden wollen.

Für den Traumkäse eignet sich nicht jeder Joghurt. Viele handelsübliche Joghurtsorten, vor allem die fettarmen, enthalten künstliche Verdickungsmittel wie Pektin, Maisstärke oder sogar Gelatine. Diese Verdickungsmittel wandeln den Joghurt in „Joghurt pudding“ um, der beim Abhän-

gen im Käsetuch keine Molke abgibt. So wird aus diesen Joghurts auch kein Käse; sie hängen nur einfach in dem Käsetuch herum und werden sauer und schimmelig! Dieses unerfreuliche Szenario können Sie vermeiden, wenn Sie die Zutatenliste auf dem Joghurtbecher sorgfältig studieren und dann einen wählen, der nur aus Milch und Bakterienkulturen besteht.

Wäre es nicht schön, wenn man Heidelbeerjoghurt zu Heidelbeerkäse abhängen könnte? Leider enthalten aber die Fruchtzubereitungen in vielen Joghurts normalerweise Pektin oder Maisstärke, die das Abtropfen der Molke und damit das Haltbarmachen in Form von Käse verhindern. Sie könnten aber stattdessen eingemachtes Obst – oder besser noch frisches Obst – direkt in den fertigen Traummilchkäse mischen.

Vollfettjoghurt hängt zu einem reichhaltigen und sahnigen Käse ab. Auch mit fettarmem Joghurt klappt es gut (er hängt ab zu etwas, das man in Island *Skyr* nennt), aber er ergibt weniger Käse, weil er weniger Feststoffe enthält. Und aus welchem Grund auch immer – ich glaube, das liegt am geringen Fettgehalt – klebt er am Gaumen wie Erdnussbutter!

Dieses Rezept ist keine vorgegebene Anweisung, sondern lässt Spielraum für eigene Ideen. Je nachdem, wie lange der Bruch abtropfen darf, kann sich die Konsistenz des Käses erheblich verändern. Wenn Sie einen cremigeren, quarkähnlichen Käse möchten, lassen Sie ihn nur 12 Stunden abhängen, bevor Sie ihn salzen. Möchten Sie aber einen sahnigeren Käse ähnlich dem Labneh, dann lassen Sie ihn 24 Stunden lang abtropfen. Griechischer Joghurt ist eine weitere Variante dieses Rezepts; dafür lassen Sie den Joghurt nur für etwa eine Stunde abtropfen.

ZUTATEN

- 1 l Naturjoghurt, selbstgemacht oder gekauft; vollfett oder fettarm; Kuh, Ziege, Schaf oder Büffel

- 1 TL (5 ml) hochwertiges Salz (siehe Kapitel 5)

ZUBEHÖR

- Durag oder ein anderes Käsetuch von guter Qualität
- 1 EL (15 ml) Backpulver
- Große Edelstahl- oder Keramikschüssel
- Holzlöffel
- Tiefer Topf

ZEITAUFWAND

- 1–2 Tage

ERGIBT

- bis zu 225 g Frischkäse

ZUBEREITUNG

Käsetuch reinigen und Gerüche daraus entfernen: Legen Sie das Käsetuch in die Schüssel und gießen Sie kochendes Wasser und Backpulver darüber, das neutralisiert alle Gerüche. Dann spülen Sie die Schüssel und das Käsetuch unter kaltem Wasser aus.

Joghurt in das Käsetuch leeren: Legen Sie die Schüssel mit dem Käsetuch aus und gießen Sie den Joghurt hinein. Ziehen Sie dann die Zipfel des Käsetuchs zusammen und verknoten Sie sie miteinander. Schieben Sie einen Holzlöffel unter den Knoten. Ein Durag mit den beiden langen Bändern vereinfacht das Festknoten am Löffel erheblich.

Joghurt abhängen: Legen Sie den Holzlöffel mit seiner Käsefracht über einen großen Topf. Bedecken Sie alles mit einem sauberen Küchenhand-



Für die Zubereitung von Traumkäse gießen Sie Joghurt in das Käsetuch; hängen Sie den Joghurt ab, um die Molke abzutropfen; dann salzen Sie den Bruch, damit er fest und haltbar wird.

tuch, um Fliegen und ähnliches Gelichter von Ihrem Käse fernzuhalten.

Abwarten: Lassen Sie den Käse zwischen 12 und 24 Stunden abtropfen – je länger Sie ihn sich selbst überlassen, desto fester wird er. Achten Sie darauf, dass der Käse hoch genug über dem Pegel der abtropfenden Molke aufgehängt ist. Hängt der Käse zu tief, sollten Sie ihn noch mal neu festknoten, so dass er nicht mit der Molke in Berührung kommt. Der Käse verliert bis zu drei Viertel seines Volumens während des Abhängens.

Käse salzen: Nehmen Sie den Holzlöffel mit seiner Fracht vom Topf und legen Sie sie in eine große Schüssel. Wickeln Sie den Käse aus und prüfen Sie ihn; er sollte gut eingedickt sein und eine ähnliche Konsistenz wie Rahmkäse aufweisen. Fügen Sie nun 1 Teelöffel gutes Salz hinzu und rühren Sie den eingedickten Bruch kurz mit einem Löffel durch. Ziehen Sie die Zipfel des Käsetuchs wieder zusammen und kneten Sie es noch einmal an dem Holzlöffel fest.

Vier weitere Stunden abhängen lassen. Das hinzugefügte Salz lässt noch mehr Feuchtigkeit aus dem Käse tropfen; das nochmalige Abhängen des Käses ist sehr wichtig für die Konservierung, weil so noch mehr Feuchtigkeit abtropfen kann. Genießen Sie den Käse pur, mit frischen oder getrockneten Kräutern. Öffnen Sie das Käsetuch und mischen Sie sorgfältig die fein gehackten Kräuter unter. Geben Sie den mit Kräutern verfeinerten Käse mindestens eine Stunde vor dem Verzehr in den Kühlschrank, damit sich die Kräuteraromen richtig mit dem Käse verbinden können.

Traumkäse hält sich im Kühlschrank bis zu einer Woche. Man kann ihn auch in Olivenöl aufbe-

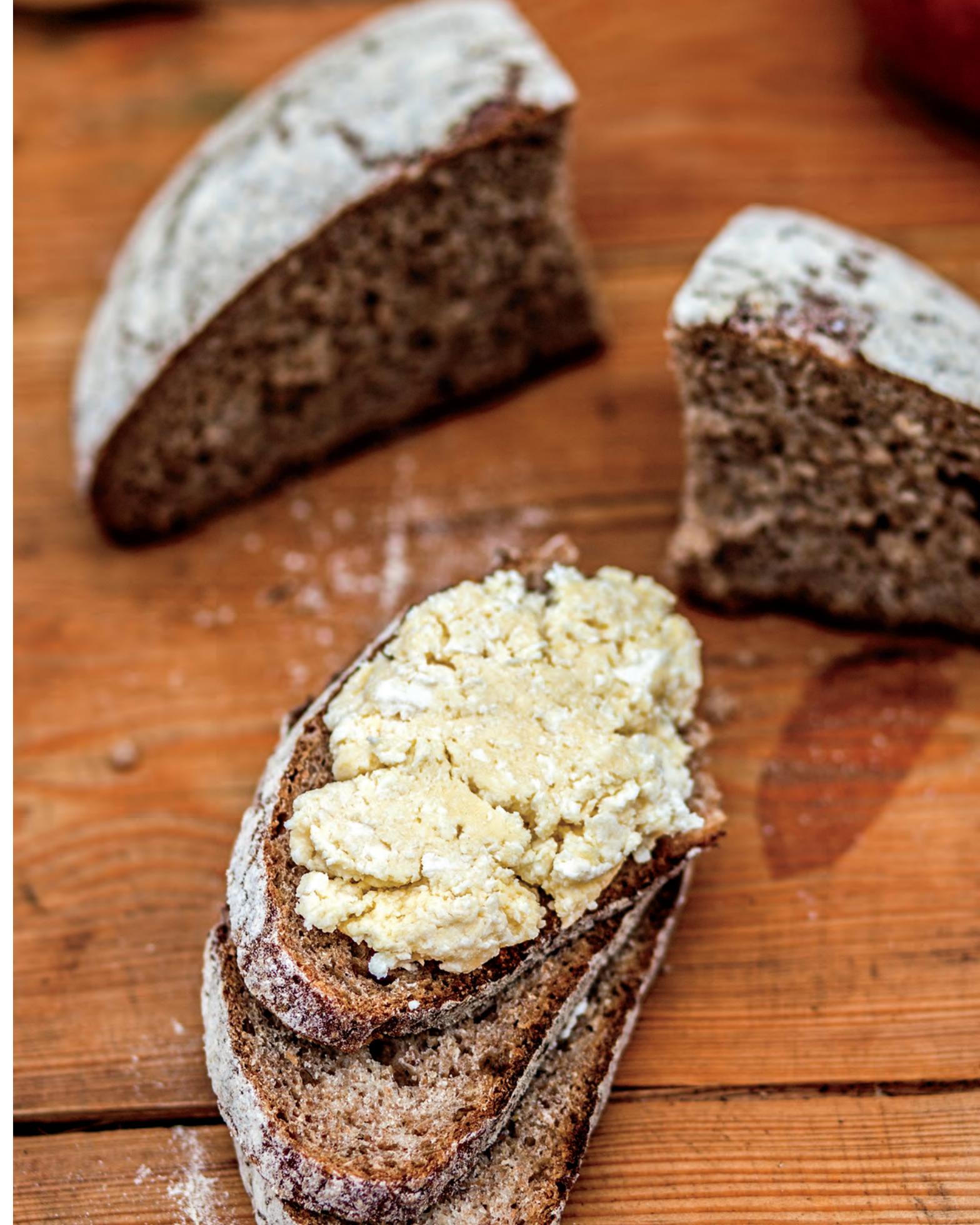
wahren (siehe Rezept für Shanklish [Traumkäse in Olivenöl] Buchseite 145), oder weiter reifen zu einem labfreien Blauschimmelkäse (siehe Rezept für Blauschimmel-Traumkäse, Buchseite 254).

QUARK

Quark kennt man in Bulgarien unter dem Namen Turo und in Russland als Tvarog. Diese wichtige Käseart braucht man einem deutschen Leser nicht mehr vorzustellen. Für die nordamerikanische Leserschaft, die bedauerlicherweise mit diesem wunderbaren Käse nicht vertraut ist, nenne ich den Quark „Geht-nicht-mit-pasteurisierter-Milch“-Käse, denn Sie können sich bestimmt vorstellen, dass sich dieser Käse nicht richtig entwickeln kann, wenn er ohne Rohmilch angesetzt wird.

Rohmilch ist nicht so lange haltbar wie pasteurisierte Milch. Aber das verschleiert die Tatsache, dass Rohmilch nicht auf dieselbe Art verdirbt wie pasteurisierte Milch: Das geht auf andere Weise vor sich. Die nützlichen Bakterien in der Rohmilch säuern die Milch und dicken sie auf vorhersagbare Weise ein zu einem delikaten Produkt, das Dickmilch heißt, wenn man sie ohne Starter fermentieren lässt. Lässt man pasteurisierte Milch auf dieselbe Weise fermentieren, wird sie sauer wegen der unerwünschten, wilden Mikroorganismen und entwickelt ein fürchterliches Aroma. Hängt man umgeschlagene pasteurisierte Milch zu einem Käse ab, verstärkt sich das schlimme Aroma noch; versuchen Sie also nicht, diesen Käse aus pasteurisierter Milch herzustellen!

Wenn Sie das Glück haben, an hochwertige Rohmilch zu gelangen – sei es legal oder anders –, können Sie diesen delikaten Frischkäse auf natürliche Weise zubereiten. Zuerst lassen Sie die Rohmilch zu Dickmilch fermentieren, diese er-



wärmen Sie leicht, damit sie fest wird, danach hängen Sie die fest gewordene Dickmilch in einem Käsetuch ab, damit sie zu Weichkäse abtropfen kann. Man kann Salz dazugeben oder nicht, obgleich das Salz nicht nur den Geschmack des Käses verbessert, sondern auch seine Haltbarkeit deutlich verlängert.

Dieser Käse ist ein Teil des gemeinsamen Erbes vieler Nord- und Südamerikaner, Europäer, Zentralasiaten und Afrikaner. In meiner eigenen osteuropäischen Familie hat die Herstellung dieses traditionellen Rohmilchkäses eine lange Geschichte: Meine Urgroßmutter Mirchka, die meine Großmutter und ihre sieben Geschwister im ländlichen Polen aufgezogen hat, bereitete den Käse auf diese Weise zu und verkaufte ihn in ihrem kleinen Lebensmittelladen in dem Ort Skawina.

In Polen und anderen Ländern, wo Rohmilch noch gut verfügbar ist, wird Frischkäse daheim auf diese unbedenkliche Weise hergestellt. Wenn aber Einwanderer aus diesen Ländern nach Nordamerika kommen und ihre im Supermarkt gekaufte pasteurisierte Milch zum Fermentieren aufstellen, so wie sie es üblicherweise zuvor mit der Rohmilch aus dem Lebensmittelladen gemacht hatten, dann wenden sie sich wegen des unweigerlich ekligen Ergebnisses von ihrer althergebrachten Methode ab.

Wenn keine Rohmilch verfügbar ist, kann man auch Ersatz für Dickmilch verwenden, um einen ähnlichen Käse mit pasteurisierter Milch herzustellen. Erwärmter Kefir, den man anschließend im Käsetuch abhängt, ergibt Kefirkäse, und kultivierte Buttermilch, die von der Herstellung kultivierter Butter übrigbleibt, kann zu Buttermilchkäse abgehängt werden. Auch die im Laden gekaufte Buttermilch kann in diesem Rezept als Ersatz für Dickmilch dienen, aber das Ergebnis wird anders sein: Kultivierte Buttermilch aus pasteurisierter Magermilch, kultiviert mit DVS®-Monokulturen, wird

nie so dick und geschmackvoll sein wie jene aus Rohmilch, und der daraus zubereitete Käse wird nicht annähernd so gut werden. Um diesen Käse richtig gut zuzubereiten, braucht man Rohmilch.

ZUTATEN

- 1 l gute Rohmilch (wie in Kapitel 2 erläutert)
- 1 TL (5 ml) gutes Salz (siehe Kapitel 5)

ZUBEHÖR

- Glasgefäß
- Große Schüssel
- Durag oder ein anderes gutes Käsetuch
- Holzlöffel
- Großer Topf

ZEITAUFWAND

- 2 Tage für die Dickmilch
- 3 Stunden zusätzlich für die Käsezubereitung

ERGIBT

- 170 g frischen Quark

ZUBEREITUNG

Rohmilch zu Dickmilch einsäuern: Lassen Sie die Rohmilch in einem zugedeckten Glasgefäß bei Zimmertemperatur stehen. Überprüfen Sie sie ungefähr alle 12 Stunden. Wenn die Rohmilch sichtbar eingedickt ist und beginnt, sich abzusetzen, haben Sie Dickmilch. Das sollte in 2-5 Tagen geschehen, je nach Jahreszeit und Milchsorte. Die Dicklegung kann man beschleunigen, indem man die Milch mit etwas Dickmilch aus einer vorigen Zubereitung beimpft. Wenn die

Rohmilch schon älter ist, benötigt sie weniger Zeit zum Absetzen, aber die daraus entstehende Dickmilch und der Käse können dann bitter schmecken wegen der kälteliebenden Bakterien, die in der kalten Umgebung des Kühlschranks prächtig gedeihen.

Dickmilch erhitzen: Gießen Sie die Dickmilch in einen Topf und halten Sie sie auf dem Herd warm, bis sie beginnt, sich von der Molke abzusetzen. Sie können denselben Effekt auch erreichen, wenn Sie das Gefäß mit der Dickmilch eine Stunde lang in einen Topf mit heißem Wasser stellen. Eine zu starke Erwärmung kann zu einer körnigen Struktur des Käses führen.

Abgesetzte Dickmilch abhängen: Legen Sie die große Schüssel mit dem Käsetuch aus. Schütten Sie die abgesetzte Dickmilch in das Käsetuch, binden Sie dessen Ecken zusammen, befestigen Sie das Päckchen an einem großen Holzlöffel und hängen Sie diesen dann eine Stunde lang über einen großen Topf, so dass die Molke abtropfen kann.

Quark salzen (optional): Nehmen Sie den Quark von der Stange und legen Sie ihn in eine Schüssel. Öffnen Sie das Käsetuch und mischen Sie Salz unter den Quark.

Nochmals abhängen: Binden Sie den Quark in dem Käsetuch wieder an den Holzlöffel und hängen Sie ihn nochmals über den Topf. Durch das hinzugefügte Salz wird noch mehr Molke abtropfen. Nach einer weiteren Stunde des Abhängens ist der Quark verzehrfertig. Quark kann man im Kühlschrank etwa eine Woche aufbewahren (3 Wochen, wenn er gesalzen wurde).

SHANKLISH (TRAUMKÄSE IN OLIVENÖL)

Eine köstliche Möglichkeit, Traumkäse haltbar zu machen, ist, ihn zu Bällchen zu rollen, in Kräutern zu wenden und dann in Olivenöl zu tauchen. Diese für den Mittelmeerraum einzigartige Methode, Joghurtkäse zu konservieren, erfreut sich an der ganzen Mittelmeerküste großer Beliebtheit.

Für die Zubereitung von Shanklish (der arabisches Name dieses Käses) stellen Sie zunächst einen Traumkäse nach dem Grundrezept auf Seite 104 her. Der Joghurt wird zu Käse abgehängt, gesalzen und dann noch einmal für einen weiteren Tag abgehängt, damit er richtig fest und trocken ist. Der feste Käse wird dann zu Bällchen gerollt, in einer Gewürzmischung namens Zatar – eine Mischung aus Thymian, Sumach, Oregano, Majoran und Sesam, den man in den meisten mediterranen Geschäften findet – gewendet und dann in Olivenöl getaucht. An einem kühlen Platz können die Käse bis zu acht Monate lang aufbewahrt werden.

Shanklish ist ein sehr einfach zu reifender Käse und eignet sich deshalb als vertrauensbildende Maßnahme für das erste Käsereifungsprojekt. Hier brauchen Sie keine feuchte Umgebung zu schaffen, um Ihre Käse zu reifen; lassen Sie einfach das Einmachglas an einem kühlen Platz stehen, und sie reifen eingetaucht im Öl.

Machen Sie sich keine Gedanken um Luft im Glas oder darum, das Glas zu sterilisieren. Diese Käse erhalten sich selbst, eingetaucht im Olivenöl, weil ihre eigenen Bakterien, die natürliche Säure und die geringe Feuchtigkeit das Wachstum von zersetzenden Bakterien und die Entstehung von Lebensmittelinfektionen verhindern.

Das Öl lässt keine Luft an die Käse, die zu ihrer Zersetzung führen würde. Solange die Käse trocken genug sind, bleiben sie im Öl untergetaucht, und



Für die Zubereitung des „Geht-nicht-mit-pasteurisierter-Milch“-Käses fermentieren Sie Rohmilch zu Dickmilch; hängen Sie die Dickmilch ab zum Abtropfen der Molke; salzen Sie den Bruch, um ihn haltbarer zu machen.

so lange werden sie auch konserviert. Es gibt zwei Gründe, weshalb die Käse im Öl aufsteigen können: Die Reifungsumgebung ist zu warm, oder die Käse enthalten zu viel Feuchtigkeit, wodurch sich die Fermentation fortsetzt und so Gase produziert, was zu dem ungewollten Auftrieb führt. Wenn die Käse an die Oberfläche steigen, dann sollte man sie nicht mehr essen.

ZUTATEN

- 1 Traumkäse nach Rezept auf Seite 104, extrafest und trocken
- 113 g Zatar (Mischung aus getrocknetem Thymian, Sesam, Majoran, Sumach und Oregano) oder andere getrocknete Kräuter
- 480 ml hochwertiges Olivenöl oder anderes Öl

ZUBEHÖR

- 1-Liter-Einmachglas

- Kühler Platz zum Reifen

ZEITAUFWAND

- 1–8 Monate, oder so lange, wie Sie dem Verzehr widersehen können

ERGIBT

- 225 g gereiften Käse – ungefähr 10 Käsebällchen

ZUBEREITUNG

Traumkäse zubereiten. Machen Sie den Traumkäse richtig fest und trocken – er sollte eine Beschaffenheit haben ähnlich wie Modellierton. Dazu salzen Sie den Traumkäse gut und lassen ihn anschließend noch einmal für weitere 24 Stunden abhängen. Dann ist Ihr Käse garantiert trocken genug, bevor er im Öl konserviert wird. Zu viel Feuchtigkeit im Käse lässt ihn verderben.



Für die Herstellung von Shanklish bereiten Sie zuerst einen extrafesten Traumkäse zu; dann rollen Sie den Käse zu Bällchen und wälzen sie diese in Zatar; schließlich tauchen Sie die gekräuterten Käsebällchen in Olivenöl.



Traumkäse von Hand zu Käseballchen rollen.

Meine Käseballchen sind etwa 2,5 cm dick. Danach waschen Sie sich die Hände, damit jeder Käserest entfernt ist.

Traumkäseballchen in getrockneten Kräutern

wälzen, indem Sie eins nach dem anderen in einem Teller mit getrocknetem Zatar herumrollen. Die Ballchen sollten völlig mit Kräutern bedeckt sein. Lassen Sie die gekräuterten Käse noch ein paar Minuten ruhen – so bleiben die Kräuter an den Käsen haften, wenn sie ins Öl getaucht werden.

Die gekräuterten Käseballchen in Olivenöl tau-

chen: Füllen Sie Ihr Einmachglas zur Hälfte mit Olivenöl. Mit einem Löffel geben Sie die gekräuterten Käseballchen nun einzeln in das Glas.

Wenn Sie damit fertig sind, achten Sie darauf, dass alle Käseballchen ganz von Öl bedeckt sind. Gießen Sie gegebenenfalls noch mehr Öl auf. Zum Schluss verschließen Sie das Glas.

Käse reifen lassen. Dieser Käse hält sich wunderbar

bei niedrigen Temperaturen. Sicherlich länger, als Sie sich beherrschen können, ihn aufzuessen. Er kann zwischen einem und maximal acht Monaten reifen. Idealerweise sollte der Shanklish in einer kühlen Umgebung wie einem Weinkeller oder einem unfertigen Keller reifen, aber ein Kühlschrank tut es auch. In einem Kühlschrank wird das Olivenöl dickflüssiger: Um die Käseballchen einwandfrei aus dem Öl herauszubekommen, lassen Sie das Öl sich zuerst wieder auf Zimmertemperatur erwärmen.