



swissmilk



Mittelstufe

Name: _____

Geschichte des Joghurts

Aufgabe 1

Lies den Text aufmerksam durch und fülle die Lücken mit folgenden Wörtern:

Heilmittel / frische / sauer / stichfeste / Temperatur / Milchsäurebakterien / Joghurt / Sauermilch / gegorene / türkischen

Sauermilchprodukte gehören zu den ältesten Milchprodukten überhaupt. Schon früh erkannten Viehzüchter, dass saure Milch länger haltbar ist als _____ Milch. Vermutlich stellten die Thraker, die Urbevölkerung der Balkanhalbinsel, bereits rund 500 Jahre v. Chr. Joghurt aus Schafmilch her. In späterer Zeit, vor allem ab dem 16. Jahrhundert, war Joghurt ein beliebtes _____ bei Verdauungsproblemen. Das Wort Joghurt stammt aus der _____ Sprache und bedeutet so viel wie « _____ Milch».

Bis zum Anfang des 20. Jahrhunderts war es üblich, Milch natürlich und ohne Zusätze sauer werden zu lassen. Erst die Entdeckung von _____, zum Beispiel des *Bacillus bulgaricus*, machte es möglich, kleinste Lebewesen (Mikroorganismen) gezielt für den Säuerungsprozess der Milch zu verwenden. Während des Säuerungsprozesses bauen die Milchsäurebakterien einen Teil des Milchzuckers zu Milchsäure ab. Das Milcheiweiss flockt aus, die Milch wird _____ und erhält eine dickflüssige bis _____ Beschaffenheit (Konsistenz).

Heute wird _____ ausschliesslich aus pasteurisierter Milch hergestellt. Die Fermentierung geschieht bei einer _____ von 40 bis 42 °C. Nach ungefähr drei Stunden wird das Joghurt auf 4 bis 5 °C abgekühlt, um den Säuerungsprozess zu stoppen.

Joghurt und _____ sind sich sehr ähnlich. Der Hauptunterschied liegt bei der Auswahl der verwendeten Milchsäurebakterien.



Mittelstufe

Name: _____

swissmilk

Geschichte des Joghurts

Aufgabe 2

Teste deinen Geschmackssinn. Probiere Joghurt nature und Sauermilch. Vergleiche die beiden Milchprodukte miteinander.



	Joghurt nature	Sauermilch
Beschreibe den Geschmack		
Beschreibe die Beschaffenheit (Konsistenz)		

Das mag ich lieber:



swissmilk



Tipp

Nach Belieben mit Hobelkäse oder Hobelfleisch ergänzen.

Mittelstufe

Name: _____

Rezept zum Arbeitsblatt

Jogurt-Fladenbrot

Für 4 Personen als kleine Mahlzeit

2 ofengrosse Backbleche

Butter für die Bleche

Fladenbrot

200 g Mehl

¼ TL Salz

5 g Hefe, zerbröckelt

2 – 3 EL Wasser, lauwarm

90 g Jogurt nature

1 EL Rapsöl

Belag

270 g Jogurt nature

2 – 3 Hand voll gemischter Blattsalat

1 Kohlrabi, ca. 300 g, in feine Streifen geschnitten

2 Bundzwiebeln, in Ringe geschnitten

2 – 3 EL Balsamico-Essig

1 – 2 EL Rapsöl

Salz

Pfeffer aus der Mühle

Zubereitung

1 Mehl und Salz mischen, eine Mulde formen. Hefe mit dem Wasser auflösen, zusammen mit dem Jogurt und dem Öl hineingeben. Zu einem geschmeidigen Teig kneten.

2 Teig in 8 Portionen schneiden. Zu 2 – 3 mm dünnen rechteckigen oder runden Fladen auswallen. Auf die bebutterten Bleche legen.

3 Im auf 200 °C vorgeheizten Ofen 10 – 12 Minuten knusprig backen. Herausnehmen, leicht auskühlen lassen.

4 Fladenbrote mit Jogurt bestreichen. Salat, Kohlrabi und Zwiebeln darauf verteilen, mit Balsamico-Essig und Öl beträufeln, würzen. Zusammenklappen und geniessen.



swissmilk

Mittelstufe

Lösung

Geschichte des Joghurts

Aufgabe 1

Sauermilchprodukte gehören zu den ältesten Milchprodukten überhaupt. Schon früh erkannten Viehzüchter, dass saure Milch länger haltbar ist als **frische** Milch. Vermutlich stellten die Thraker, die Urbevölkerung der Balkanhalbinsel, bereits rund 500 Jahre v. Chr. Joghurt aus Schafmilch her. In späterer Zeit, vor allem ab dem 16. Jahrhundert, war Joghurt ein beliebtes **Heilmittel** bei Verdauungsproblemen. Das Wort Joghurt stammt aus der **türkischen** Sprache und bedeutet so viel wie «**gegorene** Milch».

Bis zum Anfang des 20. Jahrhunderts war es üblich, Milch natürlich und ohne Zusätze sauer werden zu lassen. Erst die Entdeckung von **Milchsäurebakterien**, zum Beispiel des *Bacillus bulgaricus*, machte es möglich, kleinste Lebewesen (Mikroorganismen) gezielt für den Säuerungsprozess der Milch zu verwenden. Während des Säuerungsprozesses bauen die Milchsäurebakterien einen Teil des Milchzuckers zu Milchsäure ab. Das Milcheiweiss flockt aus, die Milch wird **sauer** und erhält eine dickflüssige bis **stichfeste** Beschaffenheit (Konsistenz).

Heute wird **Joghurt** ausschliesslich aus pasteurisierter Milch hergestellt. Die Fermentierung geschieht bei einer **Temperatur** von ca. 40 bis 42° C. Nach ungefähr drei Stunden wird das Joghurt auf 4 bis 5° C abgekühlt, um den Säuerungsprozess zu stoppen.

Joghurt und **Sauermilch** sind sich sehr ähnlich. Der Hauptunterschied liegt bei der Auswahl der verwendeten Milchsäurebakterien.