



Name:

Jogurt



Aufgabe

Lies den Text aufmerksam durch und beantworte anschliessend die Fragen auf den nächsten beiden Seiten dazu.

Die Geschichte des Joghurts

Sauermilchprodukte gehören zu den ältesten Milchprodukten überhaupt. Schon früh erkannten Viehzüchter, dass saure Milch länger haltbar ist als frische. Vermutlich stellten die Thraker, die Urbevölkerung Südosteuropas, bereits im 6. bis 4. Jh. v. Chr. Joghurt aus Schafmilch her. In späterer Zeit, vor allem ab dem 16. Jh., 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. Jh. war es üblich, die Milch der Selbstsäuerung zu überlassen. Erst die Entdeckung von Milchsäurebakterien wie des *Bacillus bulgaricus* machte es möglich, Mikroorganismen gezielt zur Fermentierung 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 Konsistenz.



Joghurt und Sauermilch sind sich sehr ähnlich. Der Hauptunterschied liegt bei der Auswahl der Milchsäurebakterien: Bei der Herstellung von Joghurt sind nur *Lactobacillus bulgaricus* und *Streptococcus thermophilus* erlaubt. Für die Sauermilch gibt es keine Vorschriften.

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. Bei stichfesten Produkten findet dieser Prozess direkt in der Verkaufsverpackung statt, dickflüssige Produkte werden erst nach dem Umrühren abgefüllt.

Hinweis

1 Becher Joghurt = 1 Portion

Milch und Milchprodukte sind eine unverzichtbare Kalziumquelle für starke Knochen und gesunde Zähne. Drei Portionen davon pro Tag sind ideal. 180 g Joghurt entsprechen einer Milchportion.



Name:

Jogurt



Fragen zum Text

1. Ab dem 16. Jh. war Jogurt ein beliebtes Heilmittel. Für was?

2. Woher stammt das Wort «Jogurt» und was bedeutet es?

3. Was machen die Milchsäurebakterien während des Säuerungsprozesses?

4. Worin besteht der Hauptunterschied zwischen Jogurt und Sauermilch?

5. Welche Bakterien sind bei der Herstellung von Jogurt erlaubt?



Oberstufe/Hauswirtschaft

Lösung

Jogurt



1. Ab dem 16. Jh. war Jogurt ein beliebtes Heilmittel bei Verdauungsproblemen.
2. Das Wort Jogurt stammt aus der türkischen Sprache und bedeutet so viel wie «gegorene Milch».
3. Während des Säuerungsprozesses bauen die Milchsäurebakterien einen Teil des Milchzuckers zu Milchsäure ab.
4. Der Hauptunterschied liegt bei der Auswahl der Milchsäurebakterien.
5. Bei der Herstellung von Jogurt sind nur *Lactobacillus bulgaricus* und *Streptococcus thermophilus* erlaubt.
6. Heute wird Jogurt ausschliesslich aus pasteurisierter Milch hergestellt.
7. Die Fermentierung geschieht bei einer Temperatur von ca. 40 bis 42°C.
8. Fermentierung wird häufig auch als Synonym für Gärung verwendet: Umwandlung organischer Stoffe mit Hilfe von Bakterien. Die Fermentierung spielt eine zentrale Rolle bei der Produktion und Haltbarmachung von Lebensmitteln.
Bei der Herstellung von Jogurt bauen die Milchsäurebakterien einen Teil des Milchzuckers zu Milchsäure ab. Das Milcheiweiss flockt aus, die Milch wird sauer und erhält eine dickflüssige bis stichfeste Konsistenz.