

Zelf yoghurt maken

Benodigheden

- schone pan
- halve liter melk
- drie lepels yoghurt
- thermoskan
- bakjes

Uitvoering

Verwarm, in een schone pan, een halve liter melk tot ongeveer 40 graden (lichaamstemperatuur). Haal de pan van de warmtebron en roer er langzaam drie lepels yoghurt doorheen. (Yoghurt bestaat uit melk en melkzuurbacteriën. De bacteriën zetten de melksuikers in melk om in melkzuur. Door een klein beetje yoghurt te gebruiken voeg je die bacteriën bij de melk.) Doe het geheel in een thermoskan. Laat de kan ongeveer 5 uur staan. Schenk de yoghurt in bakjes en laat het afkoelen in de koelkast. De kinderen kunnen de yoghurt nu eten.