

Milch-Tofu

	für	2 Personen		480 g	= ca.	5,90 €
						<u>Preis</u>
2,3 l Bio-Vollmilch (3,5%)						2,30 €
20 g Zitronensäure	2 EL	=	4,0 Päckchen			1,60 €
oder						
400 ml Zitronensaft	5 EL	=	4,0 Zitronen			1,20 €
oder						
250 ml Joghurt						0,20 €
oder						
600 ml saure Molke						0,60 €

Salz, Pfeffer, Curry, Kümmel, ... (nach Bedarf)

Die Milch im Topf erhitzen, bis sie hoch kommt.
Dann vom Herd nehmen und die Zitronensäure (-saft, ...) dazugeben und umrühren.
Die Molke muss klar werden. Sollte das nicht sein, dann nochmals erhitzen.
Falls sie damit nicht klar wird, noch etwas Zitronensäure (-saft, ...) dazugeben.

Bei klarer Molke alles durch einen Durchschlag abgießen, der auf einem Topf liegt.
In dem Durchschlag sollte ein Seih-Tuch (Mullwindel) liegen. Nun den Milch-Tofu etwas auspressen und mit dem Seih-Tuch unter fließendem Wasser kühlen.
Dann maximal auspressen und den "Tofu-Klumpen" im Tuch lassen.
Tofu mit Tuch in die Spüle legen und unter Druck 15-20 min abkühlen lassen.
Dazu ein mit Wasser gefüllten Topf als "Druckgewicht" auf den "Klumpen" stellen.
Danach ist der Milch-Tofu schnittfest und bratfest und kann verwendet werden.

1,84 l saure Molke kann je nach Bedarf weiter verwendet werden.