



FROMAGE FRAIS

FROMAGE FRAIS HINDOU FROMAGE FRAIS “SANS SEL”

Ingrédients

Lait frais entier (note 1)

vinaigre d'alcool (ou jus de citron) (note 2)



Méthode

faire chauffer le lait entre 37 et 42 ° dans une casserole en inox . Sortir du feu

On utilise environ 10 cl de vinaigre pour le premier litre de lait pour “créer” le premier “fromage” puis environ 3 cuillères pour les litres suivants . (note 4)

Le lait “caille” instantanément en grumeaux (photo 2). Ne pas attendre pour verser dans une étamine posée sur une passoire à pieds (photo 3) et relever les bords pour grouper le caillé au fonds de la toile et vous “essorez” en tordant le linge (note 5)



Vous pouvez l'utiliser aussitôt comme fromage frais à incorporer aux recettes chaudes ... mais soyez un peu patiente : bien frais le lendemain au petit déjeuner ou quelques tranchettes avec une salade c'est délicieux ! Pour cela mettez-le dans une “faisselle” (note 6) et laissez le “mûrir” au frais plus ou moins longtemps : il se “concentrera et prendra “la fleur” (il deviendra “bleu”, (il moisira légèrement) pourvu que vous le mettiez en compagnie d'un fromage salé classique un peu “fait” . Bien sûr, non salé le fromage ne peut pas “vieillir” des mois (voir des années comme certains parmesan ou manchego) mais sur quelques jours avec une température régulière il prendra un peu de caractère quand même

NB On peut la presser un peu (facultatif), avec un morceau de carton à la forme et dimension de la terrine enveloppé dans du film alimentaire en plusieurs épaisseurs (ou du plastique dur); puis un poids dessus, pas trop lourd, il ne faut pas l'écraser non plus.!

NOTES TECHNIQUES

(note 1) lait entier : c'est le plus goûteux et le plus onctueux au niveau du résultat mais on peut utiliser n'importe quel lait animal ou végétal

(note 2) Vous pouvez utiliser n'importe quel vinaigre : pas de problème pour le goût mais si vous utilisez un vinaigre de vin votre fromage sera rose !

(note 3) car comme nous allons utiliser un acide il ne faut pas utiliser un métal oxydable qui serait "attaqué" par l'acide et en particulier du cuivre qui formerait par combinaison des sels de cuivre dangereux .

(note 4) mais par la suite on pourra réutiliser le "petit lait" d'égouttage bouilli et gardé soigneusement au frais

(note 5) Vous pouvez "récupérer" une partie du "petit lait" que vous ferez bouillir puis garderez au frais "stérilisé" : il vous servira la prochaine fois ! ou pour des préparations du type des nams hindous ou pour faire cuire de la semoule ou du riz pour des petits "pots" de crèmes dessert avec des fruits (voir les recettes de la "vieille chouette"

NOTES DIETETIQUES

Pour les "sans sel" c'est fait pour !

Pour les "sans sucre" il n'y a quasi plus de lactose qui est parti dans le "petit lait" vous pouvez donc l'utiliser tant nature qu'en cuisine .

Pour les "sans gluten" tout va bien

Pour les "végétariens" ça marche avec les "laits végétaux" de la "vieille chouette" mais pour une cuisine "salée" préférez le lait de soja ou d'arachides et pour une cuisine sucrée choisissez le lait d'amandes

Pour les "sans gras" prenez du lait écrémé ... et ça marchera quand même ! C'est plus sec mais correct

Je sais c'est pas pareil mais vous savez bien :

ON FE CA KOI KON PEU AVE CA KOI KON A !