

手作りチーズの作り方(小学生用)

<材料> 牛乳^{ぎゅうにゅう}500ml(乳脂肪分^{にゅうしぼうぶん}3.6%以上^{いじょう}がよい)

塩(ふたつまみ) レモン汁(大さじ3杯) ガスコンロ ゆきひらなべ

大さじ ボウル ザル 木綿^{もめん}の布^{ぬの}(和風手ぬぐい^{わふうて})

<作り方>

1、ゆきひらなべに牛乳^{ぎゅうにゅう}500mlと塩^{しお}をふたつまみ入れて中火^{ちゅうび}にかけ、牛乳があたたまるまで、大さじでときどきかきまぜる。

2、ふつとう直前^{ちよくぜん}(※なべのまん中^{ひょうめん}表面^{こま}にごく細かいあわが見えるくらい)になったら弱火^{よわび}にし、レモン汁^{じる}を大さじ1ずつ3回に分けて入れながらそのつどゆっくりかき混ぜ^まぜる。

3、固まり出したら火を止め、あとは触^{さわ}らずにそのまま10分置^おく。

4、ボウルにザル^{かさ}を重ね、さらに木綿^{もめん}の布^{ぬの}をのせて、固まった牛乳をゆきひらなべから注^{そそ}ぎ入れる。そのあと、木綿^{もめん}の布^{ぬの}をしばって水気^{みずけ}を切る。

=ポイント=

◆牛乳はパッケージの「種類^{しゅるい}」に「牛乳」と書いてあるものを使う。乳脂肪分^{にゅうしぼうぶん}の高いものほどたくさん
のチーズができます。

◆あとに残^{のこ}るホエーには牛乳^{はちみつ}や蜂蜜^のを入れて飲^のむこともできます。

<なぜ牛乳が固まるのか>

牛乳^{ぎゅうにゅう}に含まれているたんぱく質^{ふく}が酸^{しつ}(すっぱいもの)によって固^{かた}まるからです。

レモン汁^すでなくお酢^{かた}を使っても固まります。

ハウスのフルーチェもたんぱく質^{さん}が酸^{かた}によって固^{りよう}まるのを利用しています。