# Yogur tipo griego

## Ingredientes

- 1 l de leche entera y pasteurizada
- 8 cucharadas de yogur natural
- ¼ de cucharada de grenetina
- ¼ de tz de agua

## Utensilios

- Cacerola de 2.5 litros
- Cucharas de cocina
- 2 tazones de 1.5 litros
- Plástico adherente para alimentos
- Recipiente de vidrio de 1 litro, con tapa
- Manta de cielo
- Colador para pasta
- Un pocillo

Tiempo de preparación: 2 días
Rendimiento: 750 g (6 porciones)
Caducidad: 3 semanas en refrigeración
kcal: 114 por porción
Costo promedio: $25

Consulta de información del 13 al 16 de noviembre del 2023 / Ciudad de México y Área Metropolitana.

Notas:
- Puedes omitir agregar la grenetina, pero disminuiría un poco el rendimiento, ya que después de almacenado seguirá desuerándose y tenderá a hacerse una especie de jocoque.
- Para aumentar el rendimiento puedes agregar cuatro cucharadas de leche en polvo.

## Procedimiento

1. Vierte la leche en la cacerola y ponla a fuego bajo.
2. Cuando alcance una temperatura que soportes en la muñeca, agrega el yogur y disuelve. Vacía la mezcla en el tazón y cubre con el plástico para alimentos.
3. Pon el tazón en el lugar más cálido de tu cocina hasta que se corte la leche (aproximadamente 18 horas).
4. Transcurrido este tiempo cuela la cuajada en la manta de cielo, doblada por la mitad y sobre el colador.
5. Disuelve la grenetina en el agua, deja reposar por dos minutos, viértela en un pocillo y calienta a fuego bajo hasta que se torne transparente.
6. Pon el contenido de la manta de cielo en otro tazón, agrega la grenetina disuelta e incorpora suavemente.
7. Guarda en un recipiente de vidrio con tapa y refrigera.

Fotografía: Racool_studio / Freepik