

材料

	ホテルパン1枚分	出来上がり分量	
牛乳	2000ml	カッテージチーズ	600g
米酢	150g	乳清	1400ml

カッテージチーズと乳清の栄養成分 (100gあたり)

	エネルギー (Kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	カリウム (mg)	カルシウム (mg)	コレステロール (mg)	食塩相当量 (g)
カッテージチーズ	208	12.7	15	116	210	54	0.1
乳清	24	0.3	0.1	164	80	0	0.1

※詳細は乳和食Webサイトでご覧いただけます。

レシピのポイント

- 酢は米酢を使用すること。穀物酢を使うと、独特の酢酸のにおいが出てくる。
- 酢を入れる際、牛乳の温度が低すぎるとすぐに分離せず、乳臭い乳清に仕上がってしまう。
- 酢を混ぜる時は、必ずヘラを使い、優しく混ぜることがポイント。
- 大量に作る場合はホテルパンを段数分同時に調理できる。

作り方【ホテルパン 1/1サイズ 65mm / 牛乳2000ml 調理分】

材料準備



調理方法



①65mmホテルパンに、牛乳を入れる。



②庫内の芯温計を①の中に入れ、蓋をしてスチコン(コンビモード130℃-芯温90℃)で加熱する。

*芯温調理なので、温度管理の失敗がない。



③牛乳の温度が90℃になったら取り出して、米酢を静かに全体に加えていき、ゴムベラでやさしく十字を描くように混ぜる。



④均等に分離したら、そのまま粗熱を取る。



⑤ザルに不織布のクッキングペーパーを敷き、ボウルで受け④を濾し、乳清とカッテージチーズに分ける。

仕上がり



真っ白な「カッテージチーズ」と、透明感のある「乳清(ホエー)」に仕上がる。