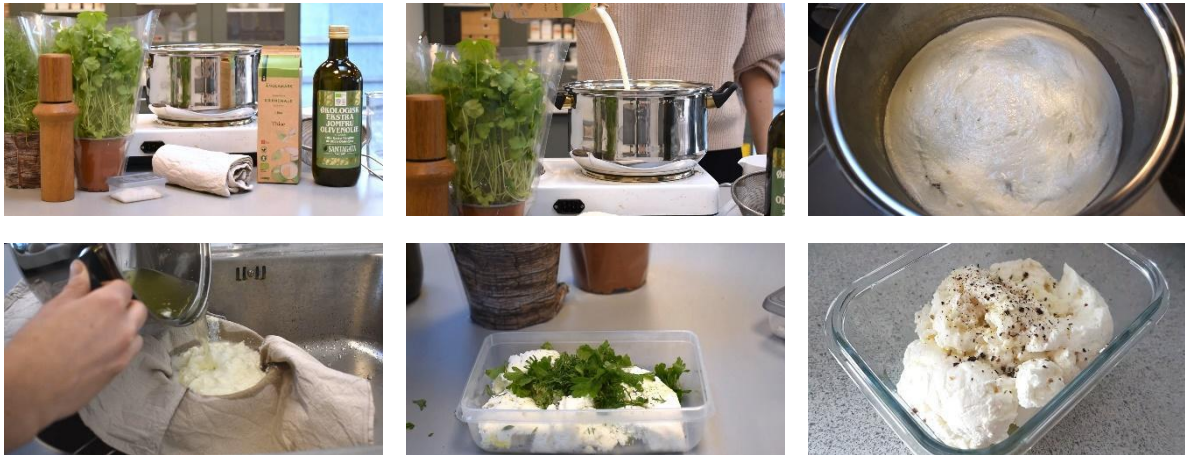


# Lav din egen friskost

Lav din egen friskost. Her bruges kærnemælk, som opvarmes. Syren i kærnemælken sætter gang i koaguleringen af proteinet kasein. Dette er hovedbestanddelen i ostemassen, som skilles ud fra vollen. Se den tilhørende video her: <https://www.youtube.com/watch?v=tHuDxGFvyH8>



## Du skal bruge

Kærnemælk, gryde, viskestykke og si, evt. termometer, salt og peber, evt. olivenolie og krydderurter

## Fremgangsmåde

1. Hæld kærnemælken i en gryde.
2. Varm langsomt op ved svag varme.
3. Vent til kærnemælken skiller. Ca. en halv time, eller når temperaturen er ca. 60 grader.
4. Dæk en si med osteklæde eller et viskestykke og si vollen fra.
5. Lad det dryppe af en halv times tid.
6. Smag til med salt, peber olivenolie og krydderurter.