



Nachrichten

Radio

Fernsehen

Programmplan

A-Z

Suchen

E-Mail

## Hobbytip Nr. 290

### *Camembert, Roquefort und Co. - exclusive Käsespezialitäten selbstgemacht*

von und mit Ellen Norten, Jörg Dussa und Jean Pütz

---

Dieser Hobbytip ist eine Begleitbroschüre zur Hobbytheke-Sendung.  
Ausführlichere Informationen enthält das Hobbythekebuch

### "Joghurt, Quark & Käse",

erschienen in der vgs-Verlagsgesellschaft. Dort finden Sie noch viele weitere  
interessante Tips und Rezepte zum Thema.

Bitte beachten Sie, daß der folgende Text urheberrechtlich geschützt ist und nur  
zu Ihrem privaten Gebrauch innerhalb der engen Grenzen des Urheberrechtes  
gedacht ist. Jede andere Verwendung, so z.B. Vervielfältigung, Verbreitung oder  
öffentliche Wiedergabe bedarf der Zustimmung der Hobbytheke-Redaktion des  
WDR.

---

## Vorwort

### Das Joghurt-Grundrezept der Hobbytheke

## Die Milch macht's

### ProBiDa - Die probiotische Quark- und Käsekultur der Hobbytheke



## [Lab - Enzym aus dem Kälbermagen](#)

### [Das Lab der Hobbythek - reine Natur](#)

#### [Labtabletten](#)

#### [Flüssiglab HT](#)

#### [Labersatz für Vegetarier](#)

### [Lab aus der Gentechnikküche](#)

## [Die Herstellung](#)

### [Die Quarkmaschine](#)

### [Der Joghurtbereiter mit Vorwiderstand](#)

#### [Der Trick mit der Zeitschaltuhr](#)

### [Der neue Quajo-Automat](#)

## [Der eigene Käse](#)

### [Frischkäse HT](#)

### [Wenn die Milch dick ist](#)

#### [Molke - ein gesundes Beiprodukt](#)

### [Käsepressen pressen Käse](#)

## [Camembert - Der aromatische Franzose](#)

### [Penicillin - das Produkt eines Schimmelpilzes](#)

### [Procambert - die Camembertkultur der Hobbythek](#)

## [Camembert HT - das Rezept](#)

### [Salzlake](#)

### [Die Reifevorrichtung](#)

### [Die Reifezeit beim Camembert](#)

### [Butteraroma HT](#)

### [Leichter Obatzer à la Hobbythek](#)

## [Roquefort - Der herzhaft Franzose](#)

### [Roquefort HT](#)

### [Die Reifezeit beim Roquefort](#)

### [Rezepte mit Roquefort](#)

### [Roquefortkugeln](#)

### [Roquefortdressing](#)

### [Rotweinbirnen mit Roquefortcreme](#)

## [Mozzarella - Die milde Italienerin](#)

### [Sahnearoma HT](#)

### [Mozzarella HT](#)

### [Aus Frischkäse wird Mozzarella](#)

### [Salzbad](#)

### [Pizza "Mozzarella" - Schnelle Pizza mit viel Geschmack](#)

## Mozzarella Napoli

## Auberginen im Käsebett

## Tomatenauflauf "Hot Banditos"

## Buch zur Sendung

## Bezugsquellennachweis

## Impressum

---

### **Vorwort**

#### **Liebe Zuschauer,**

mit unserer Sendung zu exklusiven Käsespezialitäten lösen wir ein Versprechen ein, das wir bereits im vergangenen Jahr gegeben haben. Damals zeigten wir Ihnen, wie einfach es ist, Quark und Frischkäse selbst herzustellen. Wir hatten eine absolute Novität zu bieten, nämlich probiotischen Quark und Käse, vergleichbar mit den mittlerweile überall im Supermarkt angebotenen - probiotischen Joghurts. Auch da waren wir die ersten, die dies für jedermann zur Herstellung in der eigenen Küche erschlossen haben. Voraussetzung dafür sind bestimmte Joghurt- und Käsekulturen. LaBiDa haben wir die für den Joghurt genannt und ProBiDa die für Quark und Käse.

Diese Kulturen sorgen dafür, daß unsere selbstgemachten Milchprodukte hervorragend schmecken. Sie sind aber auch außerordentlich gesund, nämlich probiotisch, was soviel heißt wie "für das Leben". Sie unterstützen unsere Verdauung und fördern sogar unser Immunsystem. Mittlerweile haben sich unser LaBiDa-Joghurt und unser ProBiDa-Quark zu echten Knüllern entwickelt. Unser selbstgemachter pikanter Frischkäse mit grünem Pfeffer und Kräutern oder die fruchtig-nussige Variante mit Ananas und Walnuß ist seither auf so manchem Eßtisch zu finden.

Solche Käse sind schnell hergestellt, sie brauchen keine Zeit zum Reifen und werden, wie der Name schon andeutet, frisch genossen. Andere Käse dagegen müssen noch weiter verarbeitet werden oder reifen, wie z.B. Weichkäse französischer Art oder auch italienische Mozzarella. Obwohl solche Spezialitäten schon der hohen Schule der Käserei angehören, ist auch die Zubereitung solcher Käsedelikatessen außerordentlich einfach und unkompliziert.

Ich selbst esse mittlerweile mindestens einen Viertel Liter Joghurt pro Tag, natürlich selbstgemacht. Der Joghurt ist eine absolute Delikatesse und dazu noch

sehr kostengünstig. Da uns viele Zuschauer baten, nochmals die Joghurtzubereitung zu erläutern, setzten wir das Grundrezept an den Beginn des Hobbytips. Aber meine neueste Leidenschaft ist natürlich mein selbstgemachter Camembert.

Ich wünsche Ihnen gutes Gelingen und vor allem guten Appetit mit Ihrem eigenen Joghurt, Quark und Käse.

Ihr Jean Pütz

---

## **Das Joghurt-Grundrezept der Hobbythek**

Zunächst werden etwa 1/3 der Milch in den Joghurtbehälter gegossen. Dann kommt eine Messerspitze unserer probiotischen LaBiDa-Kultur dazu und das Ganze wird mit dem Schneebesen verrührt. Auf die gleiche Art und Weise können jetzt noch zwei Löffel Magermilchpulver zugegeben werden, das festigt den Joghurt zusätzlich. Wenn Sie sich etwas besonders Gutes antun wollen, können Sie auch noch zwei bis drei Eßlöffel unseres löslichen Ballaststoffs Gummi arabicum, genannt Gummar, einrühren. Der macht den Joghurt dann noch doppelt so gesund. Jetzt wird nur noch die restliche Milch dazugegeben, nochmals umgerührt und dann kommt der Behälter in den Joghurtautomat. Natürlich schmeckt der Joghurt auch ohne Magermilch- und Gummarpulver. Nach einer Zeit von 12-14 Stunden, also beispielsweise über Nacht, ist der Joghurt fertig. Mehr als ein bis zwei Minuten konkrete Arbeit kostet das nicht, wenn man den Dreh einmal raus hat.

## **Die Milch macht's**

Die Milch ist das Ausgangsprodukt für die Käseherstellung, wobei in erster Linie Kuhmilch und seltener auch Schafs- und Ziegenmilch verwendet werden. Wird in Italien allerdings die berühmte Mozzarella auf ganz traditionelle Weise hergestellt, so kommt sogar Büffelmilch zum Einsatz, die von extra für diesen Zweck gezüchteten Büffeln stammt.

Die Hauptbestandteile der Milch sind Wasser, Fett, Kohlenhydrate und Eiweiß. Normalerweise sind Fett und Wasser nicht miteinander mischbar. Daß sich diese beiden Phasen in der Milch dennoch miteinander verbinden, liegt an einem in der Milch vorhandenen natürlichen Brückenstoff, dem Lecithin. Lecithin umschließt die winzigen Fetttropfchen der Milch und sorgt dafür, daß sie im Wasser in der Schwebe gehalten werden. In der Fachsprache heißen solche Substanzen übrigens Emulgatoren. Die im Laden erhältliche Milch wird aufgrund ihres unterschiedlichen Fettgehaltes in drei Gruppen unterteilt:

Die normale Vollmilch enthält mindestens 3,5% Fett, während der Fettgehalt einer fettarmen Milch mindestens 1,5 bis höchstens 1,8% beträgt.

Bei der sogenannten Magermilch liegt der Fettgehalt nur noch bei höchstens 0,3%. Für die Käseherstellung sollte immer Milch mit einem Fettgehalt von 3,5 % verwendet werden!

## **ProBiDa – Die probiotische Quark- und Käsekultur der Hobbythek**

Die Ausgangskultur für unseren Käse à la Hobbythek ist, wie auch beim Quark, unser ProBiDa. Hierbei handelt es sich um eine extra für die Hobbythek entwickelte Säuerungskultur. "Pro" soll darauf hindeuten, daß sie gut für die Gesundheit ist. "Bi" steht für die besonders gesunden Bifidobakterien, die sich sogar schon im Darm von Neugeborenen finden und "Da" steht wiederum für den Darm, der auf diese Weise besonders gepflegt werden soll. Die ProBiDa-Kultur sorgt nicht nur dafür, daß der Käse besonders gesund ist, sie verleiht ihm außerdem auch einen besonders cremigen Geschmack.

[zurück zum Inhaltsverzeichnis](#)

## **Lab – Enzym aus dem Kälbermagen**

Für die Herstellung von Käse wird nicht nur eine Bakterienkultur, sondern auch ein weiteres Hilfsmittel, das Labferment, benötigt. Labferment ist ein Enzym, das traditionell aus Kälbermägen gewonnen wird. Die Magenschleimhautzellen der Kälber produzieren sogenanntes Prochymosin, das im sauren Milieu des Magens in Chymosin gespalten wird. Dieses Chymosin ist identisch mit dem Labenzym. Es hilft dem Kälbchen, die Milch der Mutter besser zu verdauen. Es bewirkt im Kälbermagen, daß der Haupteiweißbestandteil der Milch, das wasserlösliche Casein, in wasserunlösliche Stoffe (Paracasein und ein Peptidanteil) überführt wird, mit anderen Worten, die Milch gerinnt. Bei der Käseherstellung sorgt dieses Enzym ebenfalls dafür, daß das Eiweiß der Milch ausfällt und sich eine angedickte Masse bildet.

## **Das Lab der Hobbythek - reine Natur**

### **Labtabletten**

Bisher gab es in den Läden, die traditionell die Hobbythekprodukte führen, nur Lab in Tablettenform. Diese Tabletten besitzen eine Sollbruchstelle, so daß sie leicht halbiert werden können, denn für einen Liter Milch wird jeweils eine halbe Tablette benötigt. Leider löst sich eine solche Tablette von alleine nicht gut auf. Daher empfehlen wir, sie vorher zu Pulver zu zerdrücken. Am besten geht das mit

Hilfe eines Eßlöffels und eines Teelöffels. Der Eßlöffel ist dabei der Mörser und der Teelöffel der Mörserstempel. Auf diese Weise kann die halbe Tablette gut zerdrückt werden. Das Pulver läßt sich dann sehr leicht in die Milch einrühren.

Dieses Lab in Tablettenform hat einen entscheidenden Vorteil. Durch die Überführung des Labenzym in ein Pulver und die anschließende Pressung zu Tabletten ist das Produkt so trocken, daß keine weitere Konservierung nötig ist. Sämtliche andere im Handel erhältliche Labtabletten werden allerdings trotzdem konserviert. Also hat die Hobbythek ihre eigenen Tabletten ohne Konservierungsstoffe herstellen lassen, was sich bei den relativ kleinen Produktmengen natürlich sehr stark im Preis bemerkbar macht. Um Ihren Geldbeutel nicht unnötig zu belasten, haben wir uns intensiv um eine Alternative bemüht und ein Flüssiglab erfunden.

### **Flüssiglab HT**

Es handelt sich im Prinzip um denselben Rohstoff wie in den Tabletten. Er ist genauso wirksam, hat aber den kleinen Nachteil, daß er, da er in Wasser gelöst ist, mit dem Konservierungsstoff Benzoesäure haltbar gemacht werden muß. Da das Lab aber nur tropfenweise eingesetzt wird, ist die Benzoesäure im späteren Käse eigentlich nicht mehr zu finden. Beim Flüssiglab reichen schon 10-20 Tropfen pro Liter Milch, so daß Sie mit einem kleinen Fläschchen von 10 ml mehr als 20 Liter Milch zu Quark oder Käse machen können. Es heißt Flüssiglab HT, also Flüssiglab à la Hobbythek.

### **Labersatz für Vegetarier**

Für Vegetarier stellt die Verwendung eines Labfermentes, welches aus Kälbermagen gewonnen wird, häufig ein Problem dar. Deshalb haben wir uns auch hier bemüht, eine Lösung zu finden. Und die liegt in der Verwendung eines Mikropilzes als Labproduzenten. Der sogenannte Rhizomucor miehei ist ein Köpfchenschimmelpilz, kommt sehr häufig in der Natur vor und ist nicht gentechnisch verändert.

Sein Lab ist ebenso wie tierisches Lab in der Lage, Eiweiß zu spalten. Allerdings nicht ganz so effektiv, deshalb muß man etwas mehr Geduld aufbringen. Feinschmecker sagen ihm einen leicht bitteren Beigeschmack nach. Das Hobbythek-Team hat dies allerdings nicht feststellen können. Darüberhinaus ist er gesundheitlich völlig unbedenklich. Diese vegetarische Methode ist übrigens auch in der jüdischen Kultur verwurzelt, denn die streng gläubigen Juden dürfen Fleisch und Käse während einer Mahlzeit nicht mischen und verwenden daher seit jeher diesen Labersatz. Wir nennen dieses vegetarische Lab, V-Lab von "Vegetarier-Lab".

### **Lab aus der Gentechnikküche**

Sowohl unsere Labtabletten als auch Flüssiglab unterscheiden sich grundlegend von den Labsorten, die die Industrie in der Regel in ihren Käsen einsetzt: Hier

wird keineswegs mehr natürlich gewonnenes Lab, sondern gentechnisches, mit Hilfe von genetisch veränderten Mikropilzen gewonnenes Lab eingesetzt. Leider besteht hier eine Gesetzeslücke, denn diese Tatsache muß nicht auf der Käsepackung deklariert sein. Das heißt, wer heute irgendeinen Käse kauft, der kann schon fast sicher sein, daß das Lab darin seine Existenz der Gentechnik verdankt.

Wir haben bei unserem Lab streng darauf geachtet, daß sowohl Tabletten als auch Flüssiglab aus natürlichem Lab hergestellt sind. Dafür übernehmen wir die Garantie.

[zurück zum Inhaltsverzeichnis](#)

## Die Herstellung

Nachdem nun die wichtigsten Hilfsstoffe für die eigene Käserei vorgestellt sind, kann die Käseherstellung beginnen. Quark- und Käsekulturen, so auch unser ProBiDa, lieben Temperaturen von 28-30°C, deshalb werden sie auch als mesophile Kulturen bezeichnet (mesos kommt aus dem griechischen und heißt mittel). Diese Temperatur muß bei ProBiDa ca. 14-16 Stunden konstant gehalten werden. Leider ist es nicht möglich zur Käseherstellung den Joghurtbereiter zu verwenden, denn er erzeugt zu hohe Temperaturen, nämlich 38 – 40 Grad. Deshalb haben wir uns umgeschaut und gleich drei Lösungen für dieses Problem gefunden. Sie haben die Wahl zwischen einer neu entwickelten Quarkmaschine, einem Vorwiderstand für die Joghurtmaschine und einer Kombination aus beidem, der Quark- und Joghurtmaschine.

## Die Quarkmaschine

Es handelt sich um eine speziell konstruierte Maschine, die einen Liter Milch faßt. Dieses Gerät garantiert eine gleichbleibende Betriebstemperatur von 28-30°C. Zusätzlich läßt sich mit Hilfe eines Drehknopfes die Fermentationszeit genau wählen. Quark und Käse benötigen 16 Stunden Reifezeit.

## Der Joghurtbereiter mit Vorwiderstand

Ein vorgeschalteter Widerstand kann die Temperatur des Joghurtautomaten auf die für die Quark- und Käseherstellung nötigen Bedingungen herunterdrosseln. Diesen Widerstand gibt es fertig als Zwischenstecker zu kaufen. Er sorgt dafür, daß sich die Heizspirale des Joghurtautomaten nur noch auf 28° C bis 30°C erwärmen kann, also die optimale Fermentationstemperatur für unsere ProBiDa-Kultur eingehalten wird. Der Stecker funktioniert hervorragend, leider allerdings

nur in Kombination mit der Einkammerjoghurtmaschine von LeCaf. Dieser Stecker kostet im Handel ungefähr 10 DM. Er ist TÜV geprüft und enthält eine Elektrosicherung, so daß das ganze System wirklich völlig ungefährlich ist. Man kann also seinen Quark und Käse über Nacht ansetzen und ruhig schlafen oder tagsüber ohne Probleme das Haus verlassen, wenn diese Konstruktion arbeitet.

Es sei nochmals darauf hingewiesen, daß ein solcher Stecker nur von einem Fachmann hergestellt werden darf und nicht von einem Laien - 230 Volt können sehr gefährlich sein!

### **Der Trick mit der Zeitschaltuhr**

Die einstellbare Fermentationszeit beim Joghurtautomaten beträgt häufig nur 10 Stunden, dann schaltet sich das Gerät ab. Um die längeren Fermentationszeiten für die Herstellung von Joghurt mit der LaBiDa-Kultur oder Quark und Käse zu erreichen, haben wir bisher empfohlen, den Automaten durch kurzes Herausziehen des Steckers ein zweites Mal zu starten. Dadurch beginnt - zumindest beim LeCaf-Joghurtbereiter - die Zeitmessung wieder von vorne, ohne daß die Zeitdauer neu eingestellt werden muß. Dies ist insbesondere nachts äußerst unangenehm.

Im Elektronikfachhandel kann man für wenig Geld Zeitschaltuhren kaufen, die Ihnen die lästige Arbeit des Ausschaltens abnehmen können. Stellen Sie diese von vornherein abhängig von der Einschaltzeit auf 2 mal 7 Stunden ein (bei einer Fermentationszeit von 14 Stunden), mit einer möglichst kurzen Unterbrechung. Programmieren Sie zum Beispiel die Zeitschaltuhr von 18.00 Uhr bis 01.00 Uhr. Dann folgt eine kurze Unterbrechung von ca. 1 Minute bei digitalen und ca. 15 Minuten bei mechanischen Zeitschaltuhren, in dem der Automat ausgeschaltet wird. Nach dieser Zeit lassen Sie den Automaten wieder 7 Stunden lang über die Zeitschaltuhr einschalten. Da jede Uhr anders ist, lesen Sie bitte zur genauen Programmierung die jeweilige Gebrauchsanweisung.

### **Der neue Quajo-Automat**

Wer bisher weder eine Quark- noch eine Joghurtmaschine besitzt und erwägt, sich eine oder vielleicht beide anzuschaffen, der kann nun zwei Fliegen mit einer Klappe schlagen. Ein Hersteller bietet nämlich einen Automat sowohl für die Quark- als auch für die Joghurtherstellung - kurz Quajo genannt - an.

[siehe Grafik: Foto Quajo-Automat](#)

Mit einem Schalter kann gewählt werden, ob Quark bzw. Käse oder aber Joghurt hergestellt werden soll. Im ersten Fall regelt der Automat die Temperatur auf ca. 28 Grad Celsius, für Joghurt wird der Schalter umgelegt und schon stellt sich eine Temperatur von ca. 38 Grad ein, optimal für die LaBiDa-Kultur. Mit dem Drehknopf läßt sich dann noch die Fermentationszeit genau einstellen, für Joghurt sind das ca. 12 - 14 Stunden. Für Quark und Käse wird eine Reifezeit von 16

Stunden benötigt.

[zurück zum Inhaltsverzeichnis](#)

## Der eigene Käse

Das Ausgangsprodukt für den selbstgemachten Käse ist zunächst einmal die Milch. Und hier ist die H-Milch besonders gut geeignet. Sie ist zwar fast steril, aber dafür hauchen wir ihr mit unseren Quark- und Käsekulturen ein um so kraftvolleres Leben ein. Es geht natürlich auch mit Frischmilch. Allerdings muß diese vorher abgekocht und anschließend wieder abgekühlt werden. Diese Hygiene ist wichtig, denn andernfalls würden sich auch unerwünschte Keime in der Milch vermehren, die einem dann den Appetit verderben können. Statt leckerem Käse gibt es dann eine ungenießbare, muffige-saure Masse.

Zunächst sind die gleichen Arbeitsschritte, wie bei der Frischkäse- oder der Quarkherstellung notwendig. Deshalb hier noch einmal das Rezept:

### Frischkäse HT

1 Msp. ProBiDa

1/2 Labtablette (pulverisiert) oder 10-20 Tropfen Flüssiglab

1 l H-Milch oder abgekochte und wieder abgekühlte Frischmilch

Eine kleine Messerspitze unserer Säuerungskultur ProBiDa auf einen Liter Milch geben. Dazu kommen eine 1/2 Labtablette oder 10-20 Tropfen Flüssiglab. Diese Mischung geben Sie dann in den Quarkautomat, bzw. in die Joghurtmaschine mit Vorwiderstand oder in die Quajomaschine. Nach 16 Stunden ist die Milch sauer und dick. Für die Quarkherstellung reichen 10 Tropfen Flüssiglab aus, während für die Käseproduktion ein sehr fester Bruch benötigt wird, in diesem Fall benötigen Sie 20 Tropfen Flüssiglab.

### Wenn die Milch dick ist

Nach der Fermentation setzt sich am Rand deutlich die Molke ab. Das sind die wäßrigen Milchbestandteile, die allerdings auch Mineralien, Spurenelemente und unsere probiotischen Bakterien enthalten. Die Molke muß nun noch vom Käse abgetrennt werden. Um das zu erleichtern, wird die gallertartige Masse zunächst mit einem Küchenmesser in Streifen oder wie der Käsefachmann sagt zu Bruch geschnitten. Der Abstand der Schnitte sollte etwa ein bis zwei Zentimeter

betragen. Diese Streifen werden noch einmal quer geschnitten, so daß quasi "Stangen" entstehen, dann kann der Bruch sogar noch horizontal bearbeitet werden, so daß sich am Ende Würfel bilden. Diese Masse wird nun in die mit einem Tuch oder Käsesack präparierte Käsepresse gefüllt. In einer darunter stehenden Schüssel wird die Molke aufgefangen. Lassen Sie das Ganze etwa drei bis sechs Stunden oder über Nacht ablaufen. Anschließend haben Sie einen hervorragenden Quark, der, so wie er ist, genossen werden kann.

### **Molke – ein gesundes Beiprodukt**

Aus der entstandenen Molke kann leicht ein erfrischendes Getränk gezaubert werden, indem man z.B. unsere Frusip's und Süßstoff bzw. Zucker zufügt.

## **Käsepressen pressen Käse**

Für die eigentliche Käseherstellung muß der Quark allerdings noch weiter entwässert werden und das geschieht einfach und bequem in unserer Käsepresse. Eigentlich handelt es sich hier um eine Dose aus Polyethylen, deren Boden durchlöchert ist, so daß die Molke seitlich und nach unten herausfließen kann. Auf dem Markt gibt es zwei verschiedene Modelle.

[siehe Grafik: Foto Käsepressen](#)

Bei beiden Pressen wird ein Käsesack bzw. ein Käsetuch mitgeliefert. Es fehlt jetzt noch der Stempel. Hier bietet sich eine normale 850 ml Konservendose an. Die Pressen sind so konstruiert, daß diese genau hinein paßt. Aus Hygienegründen sollte die Dose noch zusätzlich in einen sauberen 1l Gefrierbeutel gesteckt werden. In der Regel reicht eine Konservendose. Wenn es etwas schneller gehen soll, dann kann einfach noch eine zweite Dose oben drauf gestellt werden. Jetzt tritt die restliche Molke aus und nach einigen Stunden oder über Nacht ist der Käse fertig entwässert und geformt. Das ist jetzt ein einfacher Frischkäse, er wiegt etwa 250 - 300 g und schmeckt pur schon wunderbar, ganz toll aber zu frischem Brot oder Brötchen.

[zurück zum Inhaltsverzeichnis](#)

## **Camembert – Der aromatische Franzose**

Der Camembert gehört zur Gruppe der französischen Weichkäse. Die Edelpilzkäseherstellung ist genau so einfach wie die des Frischkäses. Allerdings muß bei der Camembetherstellung die Reifezeit berücksichtigt werden. Das ist die Zeit, in der der Käse sein typisches und unverwechselbares Aroma entwickelt. In seiner Heimat Frankreich haben diese Käsesorten eine lange Tradition. Die Käser dort wissen genau, wie sie das Aroma besonders kräftig entwickeln können.

Um einen richtigen Camembert herzustellen, wird eine weitere Zutat benötigt und das ist natürlich die Edelschimmelpilzkultur. Im Falle des Camembert ist das ein Schimmelpilz mit dem Namen "Penicillium camembertii". Unter dem Mikroskop betrachtet, bildet dieser Pilz verzweigte Bäume oder Pinsel. Daher stammt auch sein Name "Pinselschimmel" oder wissenschaftlich "Penicillium".

[siehe Grafik: Foto von Penicillium Camembertii](#)

## **Penicillin - das Produkt eines Schimmelpilzes**

Die Klasse der Penicillium-Schimmelpilze ist in der modernen Medizin nicht unbekannt, denn die Mikroorganismen Penicillium novatum und Penicillium chrysogenum produzieren das berühmte Medikament Penicillin. Dieses Antibiotikum, welches Alexander Fleming 1928 zufällig entdeckte, ist bis heute eine der stärksten Waffen gegen gefährliche Bakterieninfektionen wie Tuberkulose, Pest und Milzbrand, aber auch Lungenentzündung und Blutvergiftung. Leider verschreiben die Ärzte bei harmlosen Infekten oft sehr sorglos diese Arznei, so daß der Körper nicht mehr lernt, mit solchen Krankheiten selber fertig zu werden. Außerdem gewöhnen sich die gefährlichen Infektionserreger an Penicillin, so daß diese Waffe mit der Zeit langsam stumpf wird. Schon heute gibt es Bakterien, die sich mit Penicillin kaum noch bekämpfen lassen. Deshalb sollten Antibiotika aller Art wirklich nur bei gefährlichen bakteriellen Infektionen verwendet werden. Dort sind und waren sie echte Lebensretter. Ihr Einsatz hat schon Millionen von Menschen das Leben gerettet.

## **Procambert - die Camembertkultur der Hobbythek**

Schimmelpilze sind also keineswegs immer üble Burschen, sondern können für den Menschen durchaus segensreiche Aufgaben übernehmen. Dies gilt natürlich auch für unsere Edelschimmelkulturen, die unseren Frischkäse in exquisite Delikatessen verwandeln. Ihr Nutzen ist natürlich kein medizinischer, sondern sie verwöhnen einfach nur unseren Gaumen. Wir haben uns für eine gefriergetrocknete Kultur entschieden, die, wie wir meinen, ein besonders leckeres Aroma erzeugt. Sie heißt "Procambert", weil sie für die Herstellung von Camembert gedacht ist.

Die Camembertherstellung ist fast die gleiche wie die des Frischkäses.

## **Camembert HT –das Rezept**

1 Msp. ProBiDa

1 Msp. Procambert HT

1 l H-Milch oder frisch abgekochte und wieder abgekühlte Milch  
1/2 Labtablette (pulverisiert) oder 10-20 Tropfen Flüssiglab

Eine Messerspitze unseres Camembertschimmels "Procambert" auf einen Liter Milch geben. Dazu kommt wie gehabt eine Messerspitze ProBiDa Kultur und eine 1/2 Labtablette bzw. 10-20 Tropfen Flüssiglab. Diese Mischung wird nun in den Quarkautomat gefüllt. Auch der Camembert muß 16 Stunden bei 28-30 Grad fermentieren. Der Bruch wird, wie beim Frischkäse beschrieben, in der Quarkmaschine geschnitten. Die Käsemasse dann mehrere Stunden oder über Nacht abtropfen lassen und in der Käsepresse 6 Stunden unter dem Gewicht von 2 Konservendosen pressen, so daß ein fester Käse entsteht. Bis zu diesem Zeitpunkt unterscheidet sich unser Camembert äußerlich noch nicht von anderen Käsen, da sich die Camembertkultur auf der Oberfläche des Käses noch nicht vermehrt hat. Das geschieht erst später beim Reifen.

Bevor es soweit ist, muß unser Camembert noch mit Salz behandelt werden. Die Profis machen dies im Salzbad. Für uns reicht es aus, ihn von außen vorsichtig mit einer Salzlake zu bepinseln. Das verleiht ihm Würze und sorgt für eine bessere Haltbarkeit, da mögliche unerwünschte Keime am Wachstum gehindert werden. Die Salzlake ist zwar etwas konzentrierter als ein Salzbad, da sie aber sparsam verwendet wird, ist der Geschmack des Käses nicht so streng.

#### **Salzlake:**

50 ml Wasser  
10 g Salz

### **Die Reifevorrichtung**

Jetzt muß unser Camembert nur noch reifen. Eine Reifevorrichtung läßt sich ohne Probleme aus dem normalen Kücheninventar herstellen. Benötigt wird eine große Schüssel und eine Unterlage, auf die wir den Käsekörper legen können. Dazu eignet sich ein einfaches Holzbrettchen, zum Beispiel ein Frühstücksbrettchen, besonders gut. Unter Umständen muß es allerdings noch auf die passende Größe gesägt werden. Dies läßt sich leicht mit einer elektrischen Säge oder aber auch mit einer Metallsäge bewerkstelligen. Aus hygienischen Gründen empfehlen wir, das Brettchen in kochendem Wasser ca. 15 Minuten zu wässern. Da das Holz luftdurchlässig ist, bekommt der Käse auch von unten etwas Sauerstoff. Das verhindert, daß er beim Reifen schlecht wird. Die Reifevorrichtung muß jetzt noch abgedeckt werden. Hierzu kann eine hygienische Klarsichtfolie verwendet werden. Statt des Brettchen kann als Unterlage auch eine saubere, durchlöchernte Verpackung von einer Margarine-Dose, einem Quarkbecher oder ähnliches dienen.

#### **Die Reifezeit beim Camembert**

Der Käse kann jetzt an einem ruhigen Ort, z.B. in einer Ecke der Küche bei ca. 20-

24°C, reifen. Während dieser Zeit vermehrt sich auf der Oberfläche des Käses der Edelschimmel. Schon nach wenigen Tagen zeigt sich der typische Camembertbelag. Da unser Edelpilz Sauerstoff zum Wachsen benötigt, kann er sich nur auf der Oberfläche und nicht im Käsekörper vermehren. Da er aber auf der Unterseite nicht so stark wächst, sollte der Käsekörper alle zwei Tage gewendet werden.

Nach 7 –14 Tagen ist der gesamte Käse von dem schönen weißen Belag bedeckt. Damit ist die Zeit in der Reifevorrichtung schon zu Ende. Im Prinzip kann er jetzt schon gegessen werden. Allerdings ist der Camembert oftmals noch nicht richtig durchgereift. Seinen richtig typischen Geschmack entwickelt er erst, wenn er auch im Innern reif ist. Dazu wird der Camembert in eine Klarsichtfolie gewickelt und bei Zimmertemperatur eine weitere Woche liegen gelassen. Der nachgereifte Käse gehört jetzt in den Kühlschrank und ist eine tolle Delikatesse.

Ein solcher Camembert schmeckt herrlich auf frischem Brot oder Baguette. Zu einer echten französischen Tafel auf dem Land gehören dann natürlich noch bunter Salat, Oliven, Weintrauben und der gute französische Landwein. Das ist dann die pure Lebenslust à la française. Aber auch die Bayern haben, was den Camembert angeht, durchaus eine eigene Tradition. Die Rede ist vom bayerischen Obatzer. Umfangreiche Recherchen im bayerischen Sprachraum haben ergeben, daß es mindestens drei unterschiedliche Schreibweisen dieser deftigen Köstlichkeit gibt: Obatzer, Obatzter und Obatzda geben soll. Wir haben uns für die erste entschieden. Leider ist diese Spezialität noch nicht einmal bis ins Rheinland vorgedrungen, geschweige denn weiter nördlich oder in die östlichen Bundesländer. Allerdings ist diese Spezialität außerordentlich mächtig. Um Fett und Kalorien zu sparen, verwenden wir in unserem Obatzer nur Butteraroma und Schmand statt echter Butter.

### **Butteraroma HT**

Es handelt sich um ein natürliches Butteraroma. Das weiße kalorienfreie Pulver läßt sich gut mit dem Meßlöffel dosieren. Es kann praktisch allen Milchprodukten eine buttrig-vollmundige Geschmacksnote verleihen und spart auf diesem Weg Kalorien in Form von Butterfett ein. Auf einen Liter Milch bzw. Ansatz kommen 4 gestrichene Meßlöffel (4 g) Butteraroma. Es empfiehlt sich, das Butteraroma zunächst in einer kleinen Menge lauwarmen Wassers zu lösen.

### **Leichter Obatzer à la Hobbythek**

- 1 geh. Meßl. natürliches Butteraroma
- 100 g Schmand
- 200 g Camembert (gewürfelt)
- 200 Quark
- 1 mittelgroße Zwiebel, gerieben
- 1 kleingeschnittene Peperoni
- 1 gewürfelte Fleischtomate

## Salz, Pfeffer, Paprikapulver

Butteraroma in etwas lauwarmem Wasser lösen, dann zum Schmand (10 % Fett) geben und gut mit dem Löffel verrühren. Camembert und Quark zufügen und mit einer Gabel in einer Schüssel verkneten. Die geriebene Zwiebel, die kleingeschnittene Peperoni und die gewürfelte Tomate dazugeben. Nach Geschmack mit Salz, Pfeffer und Paprikapulver würzen. Natürlich kann dieses Rezept auch mit einem gekauften Camembert zubereitet werden. Der Obatzer schmeckt herrlich auf Brot, eignet sich aber auch hervorragend als Dip für Chips oder Tortillas.

[zurück zum Inhaltsverzeichnis](#)

## Roquefort – Der herzhaft Franzose

Ein weiterer Edelschimmelkäse ist der französische Roquefort. Sein typisches Aroma und seinen klassischen Geschmack verdankt er unserer Roquefortkultur "Proroquefort", auch wenn wir im Unterschied zum Originalkäse keine Schafsmilch verwenden.

Die Arbeitsschritte für die Herstellung des Roqueforts sind ähnlich wie beim Frischkäse oder beim Camembert.

### Roquefort HT

1 Msp. ProBiDa

1 Msp. Proroquefort HT

1 l H-Milch oder frisch abgekochte und wieder abgekühlte Milch

1/2 Labtablette (pulverisiert) oder 10-20 Tropfen Flüssiglab

ProBiDa in die Milch rühren und die Mischung in die Quarkmaschine füllen. Dazu wird eine Messerspitze unserer Roquefort-Schimmelkultur gegeben. Eine 1/2 Labtablette oder 10-20 Tropfen Flüssiglab hinzufügen und 16 Stunden bei 28 - 30 Grad fermentieren. Der Bruch wird noch in der Quarkmaschine geschnitten (s. Frischkäsezubereitung). Die Käsemasse mehrere Stunden oder über Nacht abtropfen lassen. Entscheidend ist, daß hier nicht so lange und so stark gepreßt werden muß wie beim Camembert, da der Roquefort locker sein soll. Hier reicht als Gewicht in der Käsepresse bereits eine 850 ml Konservendose aus. Gepreßt werden sollte ca. 3-4 Stunden. Zusätzlich wird noch mit dem Stiel eines Teelöffels oder mit einer Stricknadel der Käsekörper an mehreren Stellen angestochen. So kann sich die Roquefortkultur auch im Käselaiab entwickeln.

Bevor der Roquefort nun endgültig reifen kann, muß auch er mit Salz behandelt

werden. In seiner Heimat wird der Käselaiab von manchen Käsern hierzu einfach mit Salz eingerieben, andere verwenden ein Salzbad. Wir empfehlen wiederum das praktische und zeitsparende Bepinseln mit Salzlake (s. Camembertrezept).

### **Die Reifezeit beim Roquefort**

Zum Reifen kommt dieser Käse genau wie der Camembert in die Reifevorrichtung. Nach 10–14 Tagen ist er im Gegensatz zu seinem Original fast völlig vom Pilz überwachsen. Der Käse muß nun vorsichtig ein wenig geknetet werden, so daß die Pilzkultur auch in das Innere gelangt: Dafür den Käse am besten nur ein bis zwei mal vorsichtig zusammenklappen. Achtung, der Käse darf nicht zu intensiv durchknetet werden, sonst entsteht ein gleichmäßig leicht grünlich- blau verfärbter Käse, der zwar in seinem Geschmack dem Roquefort entspricht, nicht jedoch in seinem Aussehen. Wenn Sie vorsichtig geknetet haben, entspricht der Roquefort im Pilzbesatz sehr stark dem Original. Unser Roquefort ist eine cremig-würzige Käsespezialität.

### **Rezepte mit Roquefort**

Mit dem selbstgemachten Roquefort-Käse lassen sich leicht leckere Delikatessen zaubern, unsere Rezepte funktionieren allerdings auch mit fertig gekauftem Blauschimmelkäse, also außer Roquefort auch mit Bavaria blue, Blue Castello usw.

#### **Roquefortkugeln**

Zutaten:

100 g Roquefort  
1 EL Quark  
1 EL Erbsenfaser HT  
evtl. 2 EL weiche Butter  
1 Spritzer Portwein  
Salz, Pfeffer  
Paniermehl  
2 EL Cashewkerne oder Pistazien, gehackt

Alle Zutaten bis auf das Paniermehl und die Cashewkerne gut miteinander vermischen und die Masse ca. 1 Stunde kühl stellen. Daraus kleine Bällchen formen. Paniermehl mit feingehackten Cashewkernen oder Pistazien vermischen und die Bällchen darin wälzen. In kleinen Rosetten angeordnet, sind diese Roquefortkugeln das exklusive Glanzlicht auf jeder Käseplatte.

#### **Roquefortdressing**

Zutaten:

50 g Roquefort  
50 g Joghurt  
1 EL Weißweinessig  
2 EL Olivenöl  
1 Msp. weißer Pfeffer, Salz, Portwein

Roquefort mit Joghurt vermengen, Weißweinessig und Olivenöl unterrühren. Mit Salz, Pfeffer und Portwein würzig abschmecken. Dieses edle Salatdressing paßt hervorragend zu Feldsalat, Chicoree oder auch zu gebratener Entenbrust.

### **Rotweibirnen mit Roquefortcreme**

Zutaten:

2 große, feste Birnen oder 4 Dosenbirnenhälften  
150 ml Rotwein  
125 g Roquefort  
Salz  
60 g Joghurt  
2 cl Weinbrand oder Cognac  
100 g geröstete Mandelblätter

Birnen schälen, halbieren und entkernen, in Rotwein aufkochen und in der Flüssigkeit abkühlen lassen. Roquefort mit Salz zerdrücken und mit Joghurt, Weinbrand und Mandelblättchen verrühren. Die Creme mit einem Spritzbeutel in die Birnenhälften füllen. Dieses Dessert ist der perfekte Abschluß für jedes Wildgericht. Natürlich können diese Rezepte auch mit jedem gekauften Roquefort zubereitet werden.

[zurück zum Inhaltsverzeichnis](#)

## **Mozzarella – Die milde Italienerin**

Mozzarella ist in den letzten Jahren zum richtigen Kult-Käse geworden. In ihrer Heimat Italien hat sie schon eine siebenhundertjährige Tradition. Dort wird sie ursprünglich aus Büffelmilch hergestellt. Mittlerweile ist das sowohl in Italien, als auch bei uns eher die Ausnahme und die meisten dieser Käsesorten werden aus normaler Kuhmilch gewonnen. Das Wort Mozzarella kommt vom italienischen "mozzare", was so viel heißt wie "abbrechen", und tatsächlich reißen oder brechen die italienischen Käser den Käsebruch und teilen ihn danach in Kugeln. Im Gegensatz zu anderen Käsespezialitäten wird die Mozzarella nicht mit einer Säuerungskultur hergestellt. In Italien wird der Mozzarella-Käse statt dessen mit Zitronensäure oder Zitronensaft gesäuert, doch die Hobbythek zeigt, daß es auch

ohne eine solche Säuerung geht. Und wir haben noch einen weiteren Trick. Wir verleihen der Mozzarella durch Sahnearoma einen besonders cremigen Geschmack.

### **Sahnearoma HT**

Es handelt sich um ein natürliches Sahnearoma. Das weiße kalorienfreie Pulver klumpt leicht, läßt sich aber dennoch gut mit dem Meßlöffel dosieren. Es kann praktisch allen Milchprodukten eine sahnige Geschmacksnote verleihen und auf diesem Weg Kalorien in Form von Milchfett einsparen. Auf einen Liter Milch bzw. Ansatz kommen 4 gestrichene Meßlöffel (4 g) Sahnearoma. Es empfiehlt sich in jedem Fall, das schlecht lösliche Sahnearoma zunächst in einer kleinen Menge lauwarmen Wassers zu lösen.

Hier nun unser Mozzarella-Rezept:

### **Mozzarella HT**

1 l H-Milch oder frisch abgekochte und wieder abgekühlte Milch  
1/2 Labtablette (pulverisiert) oder 10 – 20 Tropfen Flüssiglab  
4 gestr. Meßlöffel Sahnearoma HT

In einen Liter H-Milch wird eine halbe Labtablette oder 10-20 Tropfen Flüssiglab gegeben. Dazu kommen noch 4 gestrichene Meßlöffel Sahnearoma, die zuvor in einer kleinen Menge lauwarmen Wassers gelöst wurden. Das Sahnearoma gaukelt den Geschmacksnerven vor, daß es sich um einen sehr sahnigen Käse handelt. Dadurch hat die Mozzarella aber erheblich weniger Kalorien, praktisch nicht mehr als die gleiche Menge Quark. Da das Lab nicht sehr temperaturempfindlich ist, können Sie entweder im Quark- oder im Joghurtautomaten fermentieren. Nach etwa 16 Stunden ist die Milch dick geworden. Der Käsebruch wird geschnitten und die Molke muß 3-4 Stunden abtropfen. Dieser ungesäuerte Frischkäse kann jetzt bereits genossen werden. Er schmeckt sehr mild, sahnig und frisch und ist ein toller Brotaufstrich.

### **Aus Frischkäse wird Mozzarella**

Dieser Frischkäse läßt sich nun zu Mozzarella weiterverarbeiten. Die erhaltene Käsemasse wird dazu in zwei gleich große Teile halbiert. Die werden dann jeweils auf ein Baumwolltuch bzw. ein Windeltuch, das Sie auf etwa 20 x 20 cm zurecht geschnitten haben, gegeben. Das Tuch wird mit einem Zwirnsfaden zugebunden. Dabei ist es wichtig, daß die Masse den Beutel wirklich prall ausfüllt. Gegebenenfalls muß noch ein wenig Molke mit der Hand herausgepreßt werden. Ähnlich wie bei der Originalherstellung kommt die Käsemasse nun zum Brühen in einen Topf mit ca. 80 Grad heißem Wasser. Das läßt sich leicht mit Stufe 1 am Herd erreichen. Der Käse muß 1/2 bis 3/4 Stunde lang im Wasserbad ziehen. Durch die Hitze verändert sich die Struktur des Eiweißes und der Geschmack geht immer mehr in Richtung Mozzarella. Die typisch gummiartige Beschaffenheit wird aber nicht erreicht. Wenn die Mozzarella etwas fester sein soll, dann muß sie nun noch einmal in die Käsepresse. Sie verliert

dadurch zwar etwas ihre kugelige Form, aber das mindert in keinster Weise den Geschmack und schließlich darf selbstgemachter Käse ruhig kleine Schönheitsfehler haben, dafür ist er auch ein Produkt aus der eigenen Küche. Diese Mozzarella ist unbedingt zum alsbaldigen Verbrauch gedacht. Mehr als ein bis zwei Tage läßt sie sich nicht aufbewahren.

Der Grund für die begrenzte Haltbarkeit liegt natürlich auch darin, daß hier keine Säuerung erfolgt ist. Dafür schmeckt der Käse um so milder und sahniger. Etwas länger haltbar wird er, wenn er 1 Stunde in ein Salzbad gelegt wird. Wem der Käse dadurch zu stark nach Salz schmeckt, der kann ihn vor dem Verzehr abspülen. Statt des Salzbad es kann die Mozzarella auch mit Salzlake (s. Camembetherstellung) eingepinselt werden. Alle Rezepte können natürlich auch mit jeder gekauften Mozzarella zubereitet werden.

### **Salzbad**

1 L Wasser

50 g Salz

Wenn die Mozzarella ungefähr eine Stunde im Salzbad gelegen hat, wird sie in eine Klarsichtfolie gepackt. Im Kühlschrank muß sie dann einen Tag ruhen, dadurch entfaltet sich ihr Aroma noch besser. Diese Mozzarella schmeckt auch mit herzhaften Zutaten, z.B. klassisch serviert mit Tomaten als "Mozzarella con Pomodore", dazu gehören neben den Tomaten unbedingt auch Basilikum und vor allen Dingen als Dressing kaltgepreßtes Olivenöl mit Balsamicoessig. Mozzarella paßt auch gut auf Pizza. Hier ein ganz einfacher Tip für Menschen, die wenig Zeit haben:

### **Pizza "Mozzarella" – Schnelle Pizza mit viel Geschmack**

1 Tiefkühlpizza, z.B. Margherita

1 Mozzarella, in Scheiben geschnitten

2 Tomaten, in Scheiben geschnitten

Kapern, Thymian, Bohnenkraut, Oregano

Abwechselnd werden die dünn geschnittenen Tomatenscheiben und die selbstgemachte Mozzarella auf die Tiefkühlpizza gelegt. Gewürzt wird je nach Geschmack mit Kapern, Thymian, Bohnenkraut und Oregano. Die durchaus noch gefrorene Pizza wird etwa 20-30 Minuten bei ca. 180 Grad gebacken.

Aber auch eine eingelegte Mozzarella ist ein echte Delikatesse und eine würzige Alternative:

### **Mozzarella Napoli**

### Zutaten:

1 Mozzarella  
1 EL Thymian  
1 EL Bohnenkraut  
1 Zweig Estragon  
Olivenöl

Die Mozzarella in ein hohes Gefäß geben, mit Thymian und Bohnenkraut bestreuen, Estragon drauf legen und mit Olivenöl auffüllen. Die sonst eher geschmacksneutrale Mozzarella eignet sich nun hervorragend als Brotbelag, als Beigabe zu griechischem Salat, solo zu eingelegten Oliven oder traditionell zu frischen Tomaten.

### **Auberginen im Käsebett**

#### Zutaten:

4 mittelgroße Auberginen, in ca. 6 mm breite Scheiben geschnitten  
100 ml Olivenöl  
1 Mozzarella in Scheiben  
1 Eigelb  
225 g frische Tomaten, geschält und gewürfelt 3 EL Tomatenmark mit 3 EL Wasser vermischen  
1/2 Zwiebel, gewürfelt  
Salz, Pfeffer  
1 TL Weizenfaser

Auberginenscheiben salzen und 30 Minuten im Sieb abtropfen lassen. Dann abwaschen trockentupfen und in Öl goldbraun braten. Auberginen abwechselnd mit den Mozzarellascheiben in eine Backform schichten. Besonders gut schmeckt dabei natürlich unsere selbstgemachte Mozzarella. Die übrigen Zutaten vermischen und darübergeben. Unbedeckt 20 Minuten im vorgeheizten Ofen bei 175 °C backen.

### **Tomatenauflauf "Hot Banditos"**

(Für 4 Personen)

Für den Teig:

#### Zutaten:

250 g Mehl  
1 Msp. Backpulver  
250 g Butter  
250 g Quark  
2 TL Weizenfaser

Alle Zutaten zu einem glatten Teig verkneten, ausrollen, zusammenklappen und für eine Stunde in den Kühlschrank legen. Den Teig dann herausholen, erneut ausrollen, zusammenklappen und wieder eine Stunde in den Kühlschrank legen. Diesen Vorgang möglichst zweimal wiederholen. Planen Sie die Zeit bei Ihren Vorbereitungen ein!

### **Für die Füllung:**

Zutaten:

1 kg Fleischtomaten  
2 Peperoni  
Kräuter der Provence  
Chilipulver  
1 Zwiebel  
1 Knoblauchzehe  
150 g Crème fraîche  
2 Eier  
Salz, Pfeffer

Den Teig auf einem Backblech ausrollen. Die Tomaten in Scheiben schneiden und dachziegelartig auf den Teig schichten. Peperoni halbieren, fein würfeln und über die Tomaten streuen. Mit Kräutern der Provence und Chilipulver würzen. Zwiebel und Knoblauchzehe abziehen, feinhacken und unter die Crème fraîche rühren, Eier unterschlagen, mit Salz und Pfeffer würzen und die Masse über die Tomaten geben. Bei 200 °C etwa eine Stunde backen.

[zurück zum Inhaltsverzeichnis](#)

---

## **[Buch zur Sendung](#)**

## **[Bezugsquellennachweis](#)**

### **Impressum**

Text: Ellen Norten, Jörg Dussa und Jean Pütz

Satz: Christel Bora und Vladimir Rydl