

Ghee / geklärte Butter



Ergibt: ca. 150 g Ghee

Zubereitungszeit: ca. 15 Min.

Zutaten

200 g Bio-Butter,
keine Rohmilchbutter, funktioniert nicht

Material

- 1 hitzebeständiger Trichter (Edelstahl, Porzellan...)
- 1 Gazetuch, mind. 20x20 cm
- 1 hitzebeständiges Gefäss mit Deckel (Tontopf, Glas...)

Zubereitung

1. **Butter** in einer kleinen Pfanne ohne Deckel auf höchster Stufe erhitzen. Sobald sie zu köcheln beginnt, auf $\frac{3}{4}$ Hitze stellen (z.B. Stufe 7 von 10 oder 3 von 5)
2. Ca. **6-10 Minuten** köcheln lassen. Wenn es beginnt, leicht **nussig** zu duften, ist das Ghee bald fertig.
3. **Inzwischen** den Topf inkl. Trichter und Gazetuch vorbereiten.
4. **Flüssige Butter** darin abgiessen (vorsichtig heiss!) und Gazetuch leicht ausdrücken (Achtung heiss!). Topf geschlossen aufbewahren. Butter wird nach ein paar Stunden fest.

Information

Achtung heiss: Bitte keinen Trichter aus Kunststoff verwenden!

Der weisse Schaum ist das Eiweiss, welches ausfällt und beim Abgiessen im Gazetuch zurückbleibt. In den Topf gelangt somit das reine Butterfett, welches fest wird und **ungekühlt** einige Wochen hält. Bei Verarbeitung einer grösseren Menge entsprechend längere Kochzeit.

Ghee ist ein natürliches Bratfett und kann **hoch erhitzt** werden, ohne dass es schädlich wird. Ideal also für's heiss Anbraten.

Ghee wirkt aufbauend und wärmend. (z.B. für schwächliche Kinder, im Winter, zu einem wärmenden Frühstück in den Haferbrei usw.).

Muss/soll **nicht im Kühlschrank** aufbewahrt werden.