

Sommario

1. INTRODUZIONE	9
Che cos'è il formaggio.....	9
La formazione del formaggio.....	11
La cagliatura.....	12
La storia del formaggio.....	14
Gli inizi.....	14
Greci e romani.....	16
Il medioevo.....	19
Il Rinascimento.....	23
L'età moderna.....	26
Miti e verità.....	28
La materia grassa.....	28
Le proteine.....	29
Le fasi di realizzazione del formaggio.....	30
Prelavorazione.....	30
Riscaldamento.....	31
Inoculo.....	31
Cagliata.....	32
Rottura della cagliata.....	32
Lavorazione ed estrazione della cagliata.....	32
Sgrondatura.....	33
Stufatura.....	33
Pressatura.....	33
Salatura.....	34
Maturazione.....	34
Stagionatura.....	34
2. LE MATERIE PRIME.....	37
Il latte.....	37
Calcio.....	38
Zuccheri.....	39
Proteine.....	40
Grassi.....	41
Vitamine.....	41
Altri tipi di latte.....	42



Il latte lavorato	44
La pastorizzazione.....	45
Il trattamento UHT.....	46
La sterilizzazione.....	47
La scrematura	48
L'omogeneizzazione.....	48
La microfiltrazione	49
Il latte crudo.....	50
Il caglio.....	52
Dove trovare il caglio.....	52
Il titolo	54
Altri tipi di caglio.....	56
Il sale.....	57
Il lattoinnesto e il sieroinnesto	58
La coltura batterica.....	59

3. L'ATTREZZATURA61

Il pentolone.....	62
La pressa di sgrondatura	63
Come costruire una pressa di sgrondatura.....	65
La camera a temperatura controllata.....	70
Il forno	70
La yogurtiera.....	71
Come costruire una camera a temperatura controllata	72
La scansia.....	76
Come costruire una scansia.....	76
Il termometro	81
Le fascelle.....	82
Dove recuperare le fascelle	82
Come costruire delle fascelle.....	83
I kit.....	84

4. LA PROCEDURA DI BASE..... 87

Riscaldamento e cagliata	88
Il riscaldamento	88
La cagliata	90
Rottura e raccolta della cagliata	92
Rottura della cagliata	92
Raccolta della cagliata	93
Sgrondatura.....	94

Salatura (o salagione).....	98
Riposo e maturazione.....	101
Proteggere il riposo.....	104
Le operazioni da svolgere durante la maturazione.....	106
La ricotta.....	108
Alcuni consigli per la ricotta.....	114
5. INTERMEZZO: YOGURT E KEFIR.....	115
Che cos'è lo yogurt.....	115
Yogurt e intolleranze alimentari.....	116
I nutrienti dello yogurt.....	116
I fermenti lattici.....	116
Come preparare lo yogurt.....	118
Lo yogurt colato.....	124
Il kefir.....	126
Preparazione del kefir.....	127
E per finire... il burro.....	133
Il latticello fermentato (buttermilk).....	139
6. LE TECNICHE AVANZATE.....	141
Tecniche avanzate di sgrondatura.....	141
Stufatura.....	142
Pressatura.....	147
Tecniche avanzate di raccolta della cagliata.....	149
Lattoinnesto e sieroinnesto.....	151
Utilizzo e conservazione.....	151
Il lattoinnesto.....	153
Il siero acido.....	154
Pastorizzazione.....	154
7. ALTRI TIPI DI FORMAGGIO.....	157
Lo stracchino.....	158
La mozzarella.....	159
Fasi comuni.....	160
Come continuare: il metodo classico.....	161
Come continuare: il forno a microonde.....	168
La caciotta briaca.....	169
Lo squacquerone.....	173
La cagliata dolce.....	174

8. MUFFE & CO.	175
Le colture	176
Dove procurarsi le colture	177
Autoproduzione delle colture.....	179
Il camembert.....	184
Gli erborinati: il gorgonzola	189
La leggenda.....	189
La storia.....	190
Come si fa il gorgonzola	191
9. FORMAGGI DAL MONDO	195
Il cottage cheese	195
Fare il cottage cheese.....	197
Il quark	201
Il panir	207
Il labneh	213
Il feta.....	213

