



Sommario

CAPITOLO 1 – CHE COS'È IL FORMAGGIO	9
1.1 Che cos'è il formaggio.....	9
La formazione del formaggio.....	9
La cagliatura	11
1.2 La storia del formaggio.....	14
Gli inizi	14
Greci e romani	16
Il medioevo	19
Il Rinascimento.....	22
L'età moderna.....	24
1.3 Miti e verità	25
La materia grassa	26
Le proteine	27
1.4 Le fasi di realizzazione del formaggio.....	28
Prelavorazione.....	28
Riscaldamento	29
Inoculo.....	29
Cagliata.....	29
Rottura della cagliata	30
Lavorazione ed estrazione della cagliata	30
Sgrondatura	31
Stufatura.....	31
Pressatura.....	31
Salatura.....	31
Maturazione.....	32
Stagionatura.....	32
CAPITOLO 2 – LE MATERIE PRIME	35
2.1 Il latte.....	35

Zuccheri.....	37
Proteine	37
Grassi.....	39
Vitamine.....	39
Altri tipi di latte.....	40
2.2 Il latte lavorato	42
La pastorizzazione.....	43
Il trattamento UHT.....	44
La sterilizzazione	45
La scrematura	45
L'omogeneizzazione.....	46
La microfiltrazione.....	46
Il latte crudo.....	47
2.3 Il caglio.....	49
Dove trovare il caglio.....	50
Il titolo	51
Altri tipi di caglio.....	53
2.4 Il sale.....	54
2.5 Il lattoinnesto e il sieroinnesto	54
2.6 La coltura batterica.....	55
CAPITOLO 3 - L'ATTREZZATURA	57
3.1 Il pentolone.....	57
3.2 La pressa di sgrondatura	59
Come costruire una pressa di sgrondatura.....	61
3.3 La camera a temperatura controllata.....	65
Il forno	66
La yogurtiera	67
Come costruire una camera a temperatura controllata.....	68
3.4 La scansia.....	71
Come costruire una scansia.....	72
3.5 Il termometro.....	75
3.6 Le fascelle.....	76
Dove recuperare le fascelle.....	76
Come costruire delle fascelle.....	78
3.7 I kit.....	79
CAPITOLO 4 - LA PROCEDURA DI BASE.....	81
4.1 Riscaldamento e cagliata	81
Il riscaldamento.....	82

La cagliata	83
4.2 Rottura e raccolta della cagliata.....	84
Rottura della cagliata	86
Raccolta della cagliata	87
4.4 Sgrondatura.....	88
4.5 Salatura (o salagione).....	91
4.6 Riposo e maturazione	94
Proteggere il riposo.....	97
Le operazioni da svolgere durante la maturazione.....	98
4.7 La ricotta	101
Alcuni consigli per la ricotta	105
CAPITOLO 5 – INTERMEZZO: YOGURT E KEFIR.....	109
5.1 Che cos'è lo yogurt.....	109
Yogurt e intolleranze alimentari	109
I nutrienti dello yogurt.....	110
I fermenti lattici	110
5.2 Come preparare lo yogurt.....	112
Lo yogurt colato	117
5.3 Il kefir	119
5.4 Preparazione del kefir	121
5.5 E per finire... il burro	126
Il latticello fermentato (buttermilk).....	132
CAPITOLO 6 – LE TECNICHE AVANZATE	135
6.1 Tecniche avanzate di sgrondatura.....	135
Stufatura.....	135
Pressatura.....	140
6.2 Tecniche avanzate di raccolta della cagliata	143
6.3 Lattoinnesto e sieroinnesto.....	144
Utilizzo e conservazione.....	145
Il lattoinnesto	147
Il siero acido.....	147
6.4 Pastorizzazione	148
CAPITOLO 7 – ALTRI TIPI DI FORMAGGIO.....	151
7.1 Lo stracchino	151
7.2 La mozzarella	153
Fasi comuni.....	154
Come continuare: il metodo classico	155
Come continuare: il forno a microonde.....	161

7.3 La caciotta briaca	163
7.4 Lo squacquerone.....	166
7.5 La cagliata dolce	167
CAPITOLO 8 – MUFFE & CO.....	169
8.1 Le colture	169
Dove procurarsi le colture	171
Autoproduzione delle colture.....	172
8.2 Il camembert.....	178
8.3 Gli erborinati: il gorgonzola.....	182
La leggenda.....	182
La storia.....	183
Come si fa il gorgonzola	184
CAPITOLO 9 – FORMAGGI DAL MONDO	187
9.1 Il «cottage cheese»	187
Fare il cottage cheese	188
9.2 Il quark	193
9.3 Il panir	200
9.4 Il labneh.....	205
9.5 La feta	206