

Guide de fabrication maison du Paneer

Ingrédients nécessaires

- 2 litres de lait entier (non homogénéisé de préférence pour un meilleur rendement)
- 4 à 5 cuillères à soupe de jus de citron frais ou de vinaigre blanc
- 1 pincée de sel (optionnel, selon l'usage final)

Matériel requis

- Une grande casserole à fond épais
- Une passoire fine
- Une étamine (ou un torchon en coton propre et fin)
- Un poids (type boîte de conserve ou mortier) pour presser le fromage

Étapes de préparation

- Faites chauffer le lait dans la casserole à feu moyen en remuant régulièrement pour éviter qu'il n'attache.
- Dès que le lait commence à bouillir, retirez du feu et versez progressivement le jus de citron ou le vinaigre tout en remuant doucement.
- Laissez reposer pendant 10 minutes jusqu'à ce que le lait caille (séparation du petit-lait verdâtre et des grumeaux blancs).
- Tapissez la passoire avec l'étamine et versez le mélange pour filtrer le petit-lait.
- Rincez le caillé sous l'eau froide pour éliminer l'acidité du citron ou du vinaigre.
- Refermez l'étamine et pressez fermement pour extraire le maximum de liquide.
- Placez le bloc dans l'étamine sous un poids pendant 1 à 2 heures pour obtenir une texture ferme et compacte.
- Retirez l'étamine et coupez le paneer en cubes selon vos besoins.

Conseils de conservation

- Conservez le paneer dans une boîte hermétique au réfrigérateur.
- Pour le garder frais plus longtemps, plongez-le dans un bol d'eau froide que vous changerez quotidiennement.
- Consommez-le dans les 3 à 4 jours suivant la fabrication.
- Le paneer peut être congelé, mais sa texture deviendra légèrement plus friable après décongélation.