Pijeme zákys, podmáslí, kefír, kyšku, acidofilní či jogurtové mléko?

Jaké jsou vlastně rozdíly mezi různými mléčnými výrobky? Abych se dozvěděla přece jenom víc, zamířila jsem se seznamem nejznámějších zakysaných výrobků na Vysokou školu chemicko-technologickou v Praze za docentem Ing. Ladislavem Čurdou, CSc., z Ústavu mléka a tuků Fakulty potravinářské a biochemické technologie této školy.

Pane docente, co je vlastně podmáslí?

Obecně je **podmáslí produkt, který odpadá při výrobě másla**. To se dělá ze zakysané, nebo ze sladké smetany. **U nás se téměř veškeré máslo vyrábí ze sladké smetany.** Hrubým složením se podmáslí podobá mléku. Jediný výraznější rozdíl je, že do podmáslí přechází více obalů tukových kuliček, což jsou některé specifické bílkoviny, a potom fosfolipidy.

Pokud nepochází ze zakysané smetany, tak se tam musí zákys přidat, obvykle smetanový zákys. Pak už normálně proběhne fermentace, takže je to **fermentovaný neboli kysaný mléčný výrobek**.

A co kefír?

Kefír je fermentovaný výrobek a v prodejnách potkáváme nejčastěji **dva typy: buď kefír, nebo kefírové mléko**.

Kefír se liší od ostatních fermentovaných výrobků, protože kromě bakterií mléčného kvašení v něm jsou ještě kvasinky. Vyrábí se tedy kombinovaným kvašením, což znamená, že kvasinky mohou dělat jednak oxid uhličitý, jednak etanol. Etanolu není v běžných kefírech mnoho.

Klasické kefíry, které se kdysi vyráběly, se dělaly v uzavřených lahvích podobně jako šampaňské – byla tam část vzduchu, protřepávalo se to. To už se dnes nedělá.

Většinu výrobků v nabídce prodejen v této oblasti představuje dnes kefírové mléko, v něm je trochu benevolentnější složení, je tam **několik druhů kvasinek a mléčných bakterií**. Klasický kefír by měl být vyroben z tzv. kefírových zrn a je u něj definováno složení jednotlivých mikroorganismů, které v něm jsou obsaženy.

Na pultech obchodů se objevuje také zákys.

Zákys je hůře definovatelný. Může to být **to, co se používá pro očkování fermentovaného výrobku, takže může být smetanový, kefírový**. Když se dělá technologicky klasickým způsobem, připravuje se z matečné kultury – matečný zákys. Provozní zákys se zase přímo dává do připraveného mléka pro výrobu.

Může být také jogurtový zákys, to je jogurtová kultura. Pak to může být i vlastní výrobek, nejčastěji se tím myslí mezofilní kultura, která roste při teplotách 20-30 stupňů, což v podstatě znamená smetanová kultura. Právě smetanový zákys se může použít třeba pro výrobu podmáslí.

A co si má spotřebitel představit pod dalším názvem „kyška“?

Kyška je termín více méně ekvivalentní právě zákysu. Někteří výrobci ho používají i pro název výrobku, zřejmě mají dojem, že takový název je lidem bližší. Je to **druh zakysaného mléčného výrobku vznikajícího pomocí smetanové kultury**.

A pak tu máme ještě acidofilní mléko, které patří mezi velmi populární výrobky.

Pro výrobu acidofilního mléka se používá acidofilní kultura. Protože ona sama je ostře kyselá, kombinuje se nejčastěji s tou mezofilní nebo termofilní. Původní technologie byla jeden díl acidofilního zákysu (mléka prokysaného acidofilní kulturou) a devět dílů smetanového zákysu. Kultivuje se to také zvlášť, protože acidofilní roste při 37 stupních, kdežto mezofilní chce spíše nižší teplotu. **Dneska se dost často používá kultura ABT, kde je acidofilus, bifidobakterie a streptococcus thermophilus, to je docela zajímavá kultura i z hlediska výživy, protože obsahuje probiotické bakterie.**

A poslední z mého seznamu – jogurtové mléko? Co v něm mohu očekávat?

Je to **výrobek z hlediska mikrobiologie podobný jogurtu**, protože se při jeho výrobě používá jogurtová kultura, to znamená streptococcus thermophilus a Lactobacillus delbrueckii subsp. bulgaricus. **Rozdíl je v tom, že by to měl být pitný výrobek.**

U jogurtů se buď navyšuje mléčná sušina, nebo se tam přidávají některé stabilizátory, např. škroby, tedy různé hydrokoloidy, aby měl jogurt pevnou konzistenci. U jogurtového mléka je spíš tendence snížit mléčnou sušinu, někdy se třeba kombinuje s ovocnými džusy nebo se i homogenizuje po vysrážení, aby se struktura rozbila, aby vznikl tekutý produkt.

Děkuji za rozhovor. Mgr. Ivana Picková, odbornice na spotřebitelské právo