

## ייצור גבינות טריות, רכות וחצי קשות יודעים מה ההבדל בין גבינה רכה לגבינה חצי קשה? מה משותף ליוגורט וללֶבְנָה? ואיך רצוי לאחסן גבינות?

באופן טבעי, את המסע שלנו בעולם הגבינות אנחנו מתחילים עם הגבינות הטריות.

### גבינות טריות

גבינות אלה הן אותן הגבינות שאנחנו מוצאים בכל סופר, וחלקן אף נחשבות כמוצרי יסוד – הסל הבסיסי של כולנו כמעט מכיל לפחות סוג אחד של גבינה טרייה.

הדבר הבסיסי שיש לדעת על גבינה טרייה היא שהיא לעולם לא עוברת הבחלה. מהי הבחלה? הבחלה היא תהליך של יישון ופיתוח טעמים ומרקמים. זהו שלב בייצור הגבינה שיכול לקחת שבוע, אבל הוא יכול גם לקחת מספר שבועות או חודשים (ואפילו שנים, במקרים מסוימים). מסורתית, בגבינות טריות, שכאמור לא עוברות הבחלה, משתמשים רק בחלב ובמחמצת, ולא מוסיפים לו רנין שהו אנזים הקרשה. כיום, כדי להעניק לגבינות הטריות בכל זאת איזשהו סוג של יציבות ו"מבנה", מוסיפים להן מעט רנין – כמות שהיא ממש זניחה, ולא יכולה לגרום לקרישה אמיתית של המוצר.

תפקיד המחמצת – זה יכול להיות מיץ לימון או חומץ או תרבית חיידקים שתתאים לגבינה ספציפית – הוא להתחיל את תהליך ההפרדה של מוצקי החלב מהמים שבו. הרנין (אנזים שנמצא באופן מסורתי במעי עגלים) גורם לקרישת הגבינה, ככל הנראה על ידי חיתוך מולקולרי של חלבון הגבינה, ומכאן להפרדת המוצקים והמים. ואם כל היעוד של ייצור גבינה הוא להוציא את המים מהחלב, כדי לא לאפשר התפתחות של חיידקים או גורמי קלקול אחרים, הרי שהרנין הוא ה"חיסון" של הגבינה מפני קלקול. בעצם, אם חושבים על זה, מה שמתקלקל ומזדהם הם לא מוצקי החלב אלא המים. אם מרחיקים אותם – אין בעיה. גם אם המילה "חיסון" אינה מדויקת מבחינה ביולוגית – אין כאן תגובה אקטיבית של הגבינה למתקפת חיידקים – אין ספק שהרחקת המים יוצרת סביבה פחות ידידותית להתפתחות חיידקים ולקלקול.

### תכולת נוזלים גבוהה. גבינה לבנה רכה

בגלל שלא מוסיפים להן רנין, והן נשארות בעלות תכולת נוזלים גבוהה, גבינות טריות נוטות להתקלקל בקלות. יש לאכסן אותן בטמפרטורה של 2-8 מעלות, לכל היותר, ולצרוך אותן בתוך כמה ימים. המים שרואים על פני גבינה לבנה, למשל, גם כשהיא מאופסנת בבטחה במקרר, הם לא סימן לקלקול: זאת המחמצת שממשיכה את "עבודתה" ואת תהליך ההפרדה של המים מהמוצקים בחלב. לכל החוששים – ויש כאלה לא מעטים – נאמר שאפשר כמובן לערבב את המים פנימה ול"החליק" את הגבינה, או לשפוך אותם החוצה ולהמשיך וליהנות ממנה.

גבינות טריות מייצרים בדרך כלל מחלב בקר. למה? כיוון שזה החלב הזול והזמין ביותר, לאורך כל חלקי השנה. חלב עיזים או כבשים הוא חלב יקר מדי, ולמרות שיש גבינות טריות גם מחלב בופאלה, הן נדירות מאוד. גבינות טריות מכילות משהו כמו 80% מים, ו-5%-20% שומן.

### סוגי גבינות טריות

אנחנו מכירים כמה וכמה גבינות טריות, שביניהן נזכיר את הגבינה הלבנה – 1/2%, 3%, 5% ו-9% גבינת שמנת וגבינת קוטג'. למרות שהיא נראית כזאת, לֶבְנָה היא לא גבינה, אלא יוגורט, ומיד אסביר. כבר הזכרתי כיצד יוצרים גבינה לבנה – מוסיפים מחמצת לחלב (ומעט רנין, בתהליך תעשייתי). גבינת שמנת יוצרים באופן דומה, רק שמוסיפים לה מעט שמנת או שומן, לעיבוי המרקם.

### קוטג'

גבינה שהוכנסה בה מחמצת, נוצרים בה גושים. אם לוקחים את הגושים ומסננים אותם מחלק מהמים, ולזה מוסיפים שמנת, מקבלים קוטג'. לפעמים, גרגרי הקוטג' יורדים, ונשארת שכבה דקה של שמנת מעל לגבינה. שוב, כמו במקרה של המים בגבינה הטרחה, אין להיבהל: אפשר להחזיר בערבוב לתוך הקוטג' וליהנות מהגבינה כרגיל. אגב, מכל הקוטגיים בארץ, היחיד שאין בו שום תוספות הוא הקוטג' 9% של תנובה: חלב ומלח ים – זה כל מה שיש בו.

האם אפשר לייצר בבית קוטג'?

לא מומלץ. כמות החלב הנחוצה לשם כך היא יחסית גדולה, ואין בהכרח להשיג את השמנת הדרושה לעיבוי המרקם. זאת שמנת עבה ומלאה מאוד, שלא מוכרים בחנויות ובסופרים.

### לֶבְנָה

לֶבְנָה היא לא גבינה אלא יוגורט מעובה. זהו מוצר שנוצר מהוצאת מים מיוגורט, על ידי החמצתו במחמצת מיוחדת (של יוגורט). ואגב מחמצות, חיידקים ותרביות, ריקי תור, הדיאטנית, ממליצה למי

יוגורט ניתן להכין בבית, בקלות. עיבדו לפי המתכון לגבינה ביתית, עם שינוי קל: במקום הלבן, השתמשו ביוגורט רגיל – דנובה של תנובה או דומה לו. אני מוסיף גם מעט מלח וכף שמנת מתוקה. האחרונה משפרת מאוד את המרקם. ואגב יוגורט, מחקר יפני חדש מראה שישיתכן מאוד שדי ב- 55 גרם יוגורט – ביום – כדי לצמצם את סיכוייכם ללקות במחלות חניכיים, כמו נסיגה וצרות אחרות.

### גבינות רכות

גבינות רכות אינן גבינות טריות. למה זה? כיון שהן עוברות הבחלה. ההבחלה קצרה – בין שבוע לשבועיים. המרקם שלהן חייב להיות רך ואחוזי השומן ינועו בין 20 – 35% שומן, בשיטה הישראלית, או עד 60% שומן, בשיטה הצרפתית. ומה הן שתי השיטות? פשוט מאוד:

בארץ מודדים את אחוז השומן מהמוצר הסופי – מוצקים ונוזלים כאחד. בצרפת מודדים את אחוזי השומן מתוך החומר היבש בלבד. לכל המזועזעים מאחוזי השומן הגבוהים של הגבינות הצרפתיות נזכיר שאם היינו מודדים את אחוזי השומן של גבינה 9% לפי השיטה הצרפתית, היינו מגיעים למשהו כמו 45% שומן... (9 גרם במאה גרם גבינה לפי השיטה הישראלית – 9 גרם שומן ב- 20 גרם מוצקים, לפי השיטה הצרפתית).

### סוגי גבינה רכה

ברי, קממבר, קולומייה, פטה צעירה, בוניפאז, בוואריה בלו, טלזיו ואחרות – כל אלה הן דוגמאות טובות (וטעימות) לגבינות רכות. עוד נעמוד על כל אחת מהגבינות האלה במאמרים שונים בהמשך.

### איך קונים גבינה רכה

פשוט מאוד: לפי הטעם. לכל גבינה רכה יש פג תוקף של 60 יום כשהיא יוצאת משערי המחלבה. אם אתם אוהבים את הגבינות שלכם יותר קשות וניטרליות – קנו אותן סמוך ככל האפשר למועד ייצורן ואיכלו. אם אתם אוהבים גבינות עוצמתיות יותר ורכות – חכו לפג תוקף. אני אישית אוהב לבוא למחלבות בוטיק ולבקש טעימה מהפגי תוקף. לעיתים קרובות אנו מעדיפים את הגבינות האלה – חזקות, ארומטיות ומאוד "בעלות נוכחות" על פני הגבינות הצעירות. אל תקנו גבינה שנודף ממנה ריח אמוניה או שהיא חסרת צורה לחלוטין. כך או אחרת, לא תחטפו קלקול קיבה, אבל גם לא ממש תיהנו מהמוצר. אכסון גבינות – בעטיפה המקורית, בנייר אלומיניום או בנייר פרגמנט "נושם". לא בניילון נצמד (מיד על זה, בהרחבה).

### גבינות חצי רכות וחצי קשות

גבינות חצי רכות (או חצי קשות – תלוי בגיל הגבינה) הן מהגבינות המוכרות והשכיחות ביותר. כל גבינה חצי קשה מתחילה את החיים שלה כגבינה חצי רכה, ובעבור זמן היא מתקשה (מים יוצאים ממנה). ההגדרה – עניין של מביני דבר ולא להגדרה תקנית או אפילו הגדרה של המחלבה היצרנית – נעשית לפי המרקם בלבד.

דוגמאות? בבקשה: גוש חלב, גאודה, עמק, פקורינו טוסקאנו, בושה עיזים, רקלט ואפילו תום – בצעירותה. אנו מאוד אוהבים את המאסדאם: גבינה הולנדית בסגנון שוויצרי, שעוברת יישון קצר יותר מאחותה השוויצרית – האמנטאל. עליה לעבור יישון של חודש עד שלושה חודשים בלבד. למרות ששתי הגבינות דומות מאוד זו לזו – או שזאת הייתה כוונת יצרני המאסדאם ההולנדים במקור – המאסדאם רכה יותר, מעט אגוזית ומתקתקה. יש לה קרום צהבהב, היא בעלת חורים גדולים, מרקם גמיש ומבריק ולעיתים מצפים אותה שעווה צהובה, כמו את הגאודה.

### על מה להקפיד בקנייה

בעקרון קונים כמו שקונים גבינה רכה, אלא שיש להקפיד שאין נקודות עובש על אף אחד מחלקי הגלגל. לעובש יש תכונה אחת יוצאת מהכלל: הוא מתרבה במהירות ומכסה הכל (כולל את חלקי הפלסטיק במקרה).

### איחסון

אמרנו שהגבינה החצי רכה הופכת לחצי קשה אם מניחים לה להתיישן ומוציאים ממנה נוזלים. זה לא תהליך שאתם יכולים לעשות בבית, או תהליך שניתן לעשות במחסן של סוחר גבינה שרוצה להרוויח על "פקורינו בת שנתיים". תהליך זה חייב להתבצע במחלבה, בתנאי טמפרטורה ולחות מבוקרים.

בבית, אם לא צרכתם את כל מה שקניתם, עיטפו את הגבינה כמו גבינה רכה – בנייר אלומיניום, פרגמנט או בעטיפה המקורית. למה לא בניילון? כי הגבינה שלכם היא יצור חי ונושם. אם תעטפו אותה בניילון נצמד, תחנקו אותה. מאותה סיבה אין לשמור גבינה בכלי פלסטיק סגור הרמטית.

### **גבינה לבנה ביתית**

#### **המרכיבים:**

1 ליטר חלב

2 כפות לבן או אשל או כוס חלב שהחמיץ (או שתי כפות מחמצת – לימון או חומץ)

בד חיתול

הרבה סבלנות

#### **אופן ההכנה:**

1. מרתיחים את החלב בסיר למשך כמה דקות – רתיחה קלה בלבד.
2. מקררים את החלב ומוסיפים את המחמצת או את הלבן או האשל ומערבבים היטב.
3. מניחים את עיסת החלב על בד החיתול וצוררים לצרור, שאותו תולים במקום קריר (לא לשכוח להניח כלי לאיסוף הנוזלים מתחת).
4. משאירים לכמה ימים ומחכים. לאחר שהגבינה מתייבשת מעט, מורידים את שקית החיתול ומפרידים את הגבינה.
5. שומרים במקרר.