



การผลิตโยเกิร์ตจากนมถั่วเหลือง

โยเกิร์ตเป็นผลิตภัณฑ์นมหมักชนิดหนึ่ง ที่คนรุ่นใหม่นิยมบริโภคกัน ได้จากการนำนมที่ผ่านการฆ่าเชื้อแล้วมาหมักกับเชื้อ *แลคโตเบซิลัส บูลการิกัส* และ *สเตรฟโคคอคคัส เทอร์โมฟิลัส* ผลิตภัณฑ์ที่ได้จะเป็นลิมมมมีลักษณะกึ่งแข็งกึ่งเหลว คล้ายคัสตาร์ดที่ผลิตขายกันจะมีอยู่หลายชนิด ทั้งแบบนมเกิดเป็นลิมแล้ว ก็จะนำออกมาปิดฉลากขายได้เลย

1) **เซทโยเกิร์ต (set yoghurt)** ได้จากการบ่มนมและเชื้อในภาชนะที่ใช้บรรจุขายโดยตรง เมื่อนมเกิดเป็นลิมแล้ว ก็จะนำออกมาปิดฉลากขายได้เลย

2) **โยเกิร์ตแบบกวน (stirred yoghurt)** ชนิดนี้จะบ่มส่วนผสมทั้งหมดในถังขนาดใหญ่ และทำการกวนผสมให้เข้ากัน เมื่อนมเกิดเป็นลิมแล้วจะนำมาปรุงแต่งรสและดักใส่ถ้วยที่จะนำไปวางขาย และมักนิยมใช้แยมผลไม้ หรือผลไม้แช่แข็งในถ้วยด้วย

3) **โยเกิร์ตพร้อมดื่ม (drinking yoghurt)** ได้จากการนำโยเกิร์ตแบบกวนมาเจือจางด้วยน้ำเชื่อมหรือน้ำผลไม้ และสารปรุงแต่งกลิ่นรสแล้วตีผสมเป็นเนื้อเดียวกัน มีลักษณะเป็นของเหลวใช้ดื่มได้ เป็นชนิดที่มีการผลิตมากที่สุด

4) **โยเกิร์ตแบบแช่แข็ง (frozen yoghurt)** เป็นการนำโยเกิร์ตมาผลิตเป็นไอศกรีม แล้วเก็บแช่แข็งไว้

สำหรับผู้ที่ยอยากจะทำโยเกิร์ต แต่ไม่มีนมวัวก็อาจจะใช้นมถั่วเหลืองแทนได้ โดยนำเมล็ดถั่วเหลืองมาผลิตเป็นนมถั่วเหลืองก่อน จากนั้นปรับความหวานด้วยน้ำตาลทราย แล้วฆ่าเชื้อที่ 90 °C 10 นาที เมื่อเย็นแล้วเติมหัวเชื้อของแบคทีเรียที่ใช้ทำโยเกิร์ตลงไป 35% จากนั้นบ่มที่ 37-40 °C เป็นเวลา 16-24 ชั่วโมง ก็จะได้โยเกิร์ตนมถั่วเหลืองตามความต้องการ โยเกิร์ตที่ได้จะต้องนำมาปรุงแต่งกลิ่นรสให้น่าบริโภคมากขึ้น เนื่องจากอาจยังมีกลิ่นถั่วเหลืองอยู่ ซึ่งจะมีมากน้อยแค่ไหนก็ขึ้นอยู่กับขั้นตอนแรกในช่วงการเตรียมนมถั่วเหลือง ถ้ามีการกำจัดกลิ่นถั่วในขณะแช่ หรือไม่ถั่วเหลืองได้ดี ก็จะช่วยลดปัญหาเรื่องกลิ่นถั่วในโยเกิร์ตได้มาก

ชมรมเทคโนโลยีทางอาหารและชีวภาพ คณะวิทยาศาสตร์ จุฬาฯ

MF