

Guide Pratique : Réussir ses Yaourts Maison à la Yaourtière

Checklist des Ingrédients et Matériel

- 1 litre de lait entier (pour une texture ferme) ou demi-écrémé
- 1 sachet de ferments lactiques OU 1 yaourt nature du commerce (frais)
- Optionnel : 2 cuillères à soupe de lait en poudre (pour plus d'onctuosité)
- Optionnel : 1 à 2 cuillères à soupe de sucre ou sirop
- Yaourtière propre et pots en verre stérilisés
- Fouet et pichet verseur

Recette de Base : Étapes de Préparation

- Mélanger les ferments (ou le yaourt) avec un peu de lait dans le pichet jusqu'à obtenir une texture lisse.
- Ajouter progressivement le reste du lait en remuant doucement pour éviter les bulles d'air.
- Ajouter le lait en poudre ou le sucre si souhaité et mélanger à nouveau.
- Répartir la préparation équitablement dans les pots en verre.
- Placer les pots dans la yaourtière sans les couvercles.
- Fermer le couvercle de la yaourtière et lancer le cycle selon le temps recommandé.

Temps d'Incubation Recommandés

- Lait entier : 8 à 10 heures pour une texture crémeuse.
- Lait demi-écrémé : 10 à 12 heures pour une meilleure prise.
- Lait de soja : 8 à 10 heures (nécessite des ferments adaptés).
- Astuce : Plus le temps est long, plus le yaourt sera ferme et acide.

Conseils d'Expert pour la Réussite

- Utilisez du lait à température ambiante pour éviter les chocs thermiques.
- Ne déplacez pas la yaourtière pendant le cycle pour éviter de casser la prise.
- Une fois le cycle terminé, laissez refroidir les pots avant de mettre les couvercles.
- Placez les yaourts au réfrigérateur pendant au moins 4 heures avant dégustation.
- Consommez vos yaourts maison dans les 7 à 10 jours.