

Guide de préparation : Yaourts maison à la yaourtière

Ingrédients nécessaires

- 1 litre de lait entier (pour une texture onctueuse) ou demi-écrémé
- 1 yaourt nature du commerce (ou 1 sachet de ferments lactiques)
- 2 cuillères à soupe de lait en poudre (optionnel, pour des yaourts plus fermes)
- 1 à 2 cuillères à soupe de sucre, miel ou sirop (optionnel, à ajouter avant la cuisson)

Matériel requis

- Yaourtière électrique
- Pots à yaourt propres et secs
- Fouet ou cuillère en bois
- Récipient doseur avec bec verseur

Étapes de préparation

- Dans un récipient, délayer le yaourt (ou les ferments) avec un peu de lait jusqu'à obtenir un mélange lisse.
- Ajouter progressivement le reste du lait en remuant doucement pour éviter la formation de grumeaux.
- Incorporer le lait en poudre et le sucre si vous avez choisi d'en utiliser.
- Répartir le mélange équitablement dans les pots à yaourt.
- Placer les pots dans la yaourtière sans les couvercles.
- Lancer le cycle de cuisson (généralement entre 8 et 10 heures selon la texture souhaitée).
- Une fois le cycle terminé, fermer les pots avec leurs couvercles.
- Placer les yaourts au réfrigérateur pendant au moins 4 heures avant de les consommer.

Conseils pour réussir

- Utilisez du lait à température ambiante pour favoriser l'action des ferments.
- Ne déplacez pas la yaourtière pendant le cycle de fermentation pour éviter de casser la prise du yaourt.
- Vous pouvez réutiliser un de vos yaourts maison comme ferment pour la journée suivante (jusqu'à 5 fois maximum).
- Les yaourts maison se conservent jusqu'à 7-10 jours au réfrigérateur.