

## Yaourt

Pour 7 à 12 yaourts :

- 1 yaourt du commerce
- 1 litre de lait ENTIER pour 7 yaourts
  - pour un plus grand nombre de yaourts, augmenter la quantité de lait. Dans tous les cas, conserver la quantité de 1 yaourt du commerce



1. Mélanger le yaourt et le lait entier.
2. Répartir dans les pots de yaourt.
3. Mettre les pots ouverts minimum 8 heures en yaourtière.

Remarques :

- Attention, s'il fait froid dans la pièce, fixer minimum 10 heures, voire 12 heures, le temps que le lait monte en température.
- Vous n'avez pas besoin d'investir dans une yaourtière. Cela peut être intéressant si vous n'avez pas la place pour stocker un nouvel appareil électroménager ou si vous souhaitez diminuer votre consommation d'appareils électroménagers. Il y a plusieurs alternatives (vous pouvez aussi vous renseigner sur internet bien sûr) :
  - Préchauffer le four à 50°C 10 minutes puis y mettre les pots pour la nuit.
  - Préchauffer le lait avant de le mélanger au yaourt (ne pas dépasser 60°C, cela détruirait les ferments lactiques au moment du mélange avec le yaourt). Positionner les yaourts dans une enceinte hermétique, qui conserve la chaleur. Certains utilisent une glacière enveloppée d'une couverture. A vous de trouver votre méthode...