

Yaourts maison



Shopping : pour 12 grands yaourts nature

1,5 l de lait entier

3 yaourts du commerce

Un pot de lait en poudre (facultatif)

2 à 3 g de gélatine (facultatif, selon la consistance que vous souhaitez)

On process :

- Mettez la gélatine dans un grand bol d'eau pendant 10 à 15 min.
- Faites très légèrement tiédir le lait (pas plus de 35°).
- Ajouter les yaourts et le lait en poudre.

- Préparer un bain-marie, et hors du feu, faites fondre la gélatine. L'incorporer au lait, et mélanger.
- Donner un coup de mixer plongeant, et verser dans un récipient avec bec verseur.
- Remplir les pots de yaourts propres, et programmer la yaourtière pour une durée de 11H (ne pas fermer les pots).
- Au bout de 11 h, laisser refroidir, puis mettre au frigo avec un couvercle (au moins 4 h)

Remarque : vous pouvez aromatiser vos yaourts selon votre goût : sucre, miel, confiture, cacao en poudre...

Si vous n'avez pas de yaourtière, voici quelques conseils tirés du site « Chef nini »

Si vous n'avez pas de place pour un nouvel appareil, ou tout simplement pas les moyens, il existe 3 solutions alternatives pour réaliser tout de même vos yaourts.

- **Le four** : La précaution à prendre avant de commencer est de voir si votre four est capable de chauffer à 40°C. Plus, vous ne pourrez réaliser des yaourts de cette façon, car je vous le rappelle, les ferments meurent à partir de 45°C. Faites préchauffer votre four à 40°C. Faites en même temps, tiédir légèrement votre lait. Vous devez pouvoir mettre un doigt et sentir une légère chaleur. Préparez votre recette de yaourt (cf Recette de base) et versez dans des pots en verre (récupérez des pots de yaourts en verre que vous aurez acheté pour l'occasion). Enfournez pour 1h30, éteignez le four puis laissez étuver ainsi pendant 7-8h. Placez les yaourts au réfrigérateur pendant 12h. Pensez à couvrir vos pots avec du film alimentaire ou du papier aluminium.
- **La cocotte-minute** : La cocotte-minute est une très bonne étuve. Il faut verser un fond d'eau dans la cocotte (environ 5-6 cm) et la faire monter sous pression pendant 5 à 6 minutes. Pendant ce temps, réalisez votre préparation pour yaourt et versez-la dans des pots en verre. Arrêtez le feu sous la cocotte, baissez la pression, retirez le couvercle, retirez l'eau et déposez les pots au fond. Refermez et laissez fermenter pendant 8 heures. Dès que vous ouvrez la cocotte, il faut vite mettre les pots et refermer pour laisser échapper le moins de chaleur possible. Puis placez vos yaourts au réfrigérateur pendant 12h.
- **Le cuiseur-vapeur** : Étonnant, et pourtant c'est également possible d'utiliser un cuiseur-vapeur car la vapeur est une cuisson douce. Versez de l'eau dans le cuiseur, recouvrez et faites chauffer 10 minutes. Pendant ce temps, réalisez votre préparation pour yaourt, versez dans des pots en verre. Stoppez le feu sous le cuiseur-vapeur, déposez les yaourts dans le panier et placez-le dans le cuiseur. Remettez le couvercle et laissez fermenter pendant 8 heures. Placez les pots au réfrigérateur pendant 12 h.