Concocte tes propres yaourts

Jeanne Ashbé

Les petits aiment généralement beaucoup faire la cuisine, une activité qui permet de copier aisément les adultes. Dans cette démarche, cette recette de cuisine est optimale. Il s'agira de faire faire des yaourts, comme ceux de Lou et Mouf, aux petits lecteurs.

Un adulte se chargera du maniement du lait chaud et de la cocotte-minute. L'enfant pourra quant à lui mélanger le yaourt et le lait en poudre au lait légèrement refroidi et répartir dans les pots.

Pour cela, voici les ingrédients :

un yaourt du commerce

un litre de lait

40 gr de lait en poudre



Ustensiles :

une casserole

des pots en verre

une cuillère

une cocotte-minute

1. Faire chauffer le lait dans une casserole à 45°. Pour que le lait n'attache pas au fond de la casserole, il suffit de la laver sans l'essuyer avant d'y verser le lait.
2. Retirer du feu.
3. Ajouter un yaourt du commerce et le lait en poudre.
4. Mettre le tout dans des pots en verre (ou à défaut des verres en pyrex).
5. Si vous ne disposez pas de thermomètre de cuisson, vous pouvez faire chauffer la moitié du lait prévu d'une part, puis mélanger le lait restant avec le yaourt et le lait en poudre.
   Puis mélanger le tout. Attention à ne pas faire le contraire car cuire le yaourt tuerait le ferment.
6. Une fois les pots remplis, il faut les cuire. Pour cela, mettre quelques centimètres d'eau dans le fond d'une cocotte-minute. Mettre l'eau à chauffer.
7. Placer les pots de yaourts dans l'eau comme au bain-marie.
8. Fermer l'autocuiseur et laisser pendant 5h (en ayant préalablement couper le feu) près d'un radiateur ou dans une pièce chaude puis mettre les pots au réfrigérateur jusqu'au lendemain.
9. Les yaourts n'ont plus qu'à être dégustés ! Vous pouvez bien évidemment personnaliser les yaourts en fonction de vos goûts en ajoutant par exemple de l'extrait de vanille à la préparation avant de remplir les pots.