

## La culture de yogourt mesophile (Piima, Viili, Matsoni, Filmjolk)

Pour les températures entre 68 -85 F (20-27 C)

### **Pour activer ta culture sèche :**

1. Mélange **la moitié** de la culture fournie avec **la moitié d'une tasse** de lait ou de la crème de vache dans un bocal ou contenant en verre, couvert d'un morceau de tissu sécurisé d'un élastique.

(LAIT CRU : Le premier lot ne peut pas être fait avec du lait cru puisque la bactérie du lait cru va contaminer la culture pure. Les lots secondaires peuvent être faits avec du lait cru tant que vous utilisez un démarreur d'une culture pure.)

\*Tous ces yogourts sont meilleurs quand faits avec de la crème, mais Viili adore surtout la crème.\*

2. Laisse la culture sur le comptoir pour environ 12-48 heures dans le bocal ou contenant en verre. (C'est possible que ça prend jusqu'à 5 jours pour que la culture devienne active. Remue délicatement les contenus du bocal quotidiennement et observe que ça s'épaissit) Vous allez savoir quand c'est prêt car ça sera épais. Si la température ambiante est plus fraîche, ça prendra probablement un plus longtemps.
3. Sort quelques cuillerées et entrepose-les dans un autre contenant pour utiliser dans vos prochains lots de yogourt. Quand vous êtes prêts, utilisez le ratio d'une cuillère à table de yogourt à une tasse de lait/crème pour recommencer un nouveau lot de yogourt. Cette culture vous durera pour toujours tant que vous l'utilisez régulièrement; au moins à chaque semaine. Assurez-vous de sauver un échantillon (ou deux) dans le réfrigérateur, sans arômes et fait avec du lait pasteurisé de vache ou de chèvre, pour que vous pouvez faire de la yogourt davantage
4. Votre culture est maintenant prête. Vous désirez peut-être de réfrigérer avant manger. Vous pouvez aussi aromatiser ou édulcorer votre yogourt, bien que c'est recommandé d'y faire juste avant de servir.

**Notez bien :** Si vous utilisez la crème, vous allez avoir de la yogourt épaisse, style-grec. Vous pouvez aussi filtrer votre yogourt en utilisant un bout de linge ou un filtre de café si vous désirez la yogourt grec.

**Les laits alternatifs :** Vous pouvez utiliser d'autres sortes de laits pour vos lots secondaires pourvu que le démarreur vient d'un démarreur pur de lait de vache ou chèvre. Pour faire un lot avec du lait de noix de coco, soja, riz, ou amande, suivez les mêmes directives que pour le lait de vache. Si ça n'épaissit pas assez vous pouvez le filtrer.

Si vous avez des questions s'il-vous-plaît contactez nous à [culturemother@sasktel.net](mailto:culturemother@sasktel.net)