

Cuisinart

LES YAOURTS AVEC CUISINART

Cette yaourtière permet de retrouver à peu de frais l'incomparable goût du fait « maison ».
Entretien avec Philippe Lusseau, Chef et conseiller culinaire de Cuisinart.

Comment réaliser des yaourts ?

Le yaourt est issu de la fermentation du lait par deux bonnes bactéries : le Streptococcus Thermophilus qui développe l'arôme de la préparation, et le Lactobacillus Bulgaricus responsable de son acidité. On incorpore un yaourt nature dans du lait tiède, et on chauffe 8 ou 9 heures à 43° afin que ses ferments se transforment en acide lactique, permettant aux caséines de coaguler et enfin au lait de s'épaissir. Il ne reste plus qu'à baisser la température pour obtenir la consistance désirée. C'est tout simple, il suffit d'un litre de lait pour réaliser six yaourts.

L'occasion de réaliser quelques économies...

Exactement ! Et en plus on pourra toujours faire du yaourt à partir d'une précédente fabrication. Et puis, vous faites aussi un geste pour l'environnement en réutilisant les pots fournis avec la yaourtière.

Quelle différence avec les autres yaourtières ?

La température idéale de fermentation d'un yaourt se situe entre 40 et 45 °C : au dessus de ce seuil, les ferments meurent, alors qu'en dessous, leur action est ralentie. Cuisinart a développé une thermo-sonde garantissant une température constante durant toute la durée de l'étuvage. Les ferments lactiques ont ainsi le temps de développer le fameux crémeux des yaourts faits « maison » de mon enfance.

Peut-on utiliser tous les types de lait ?

Oui, à condition que le lait ne soit pas totalement écrémé. Pour obtenir un yaourt onctueux, rien ne vaut le lait pasteurisé, entier ou demi-écrémé. En utilisant du lait en poudre ou concentré, riche en calcium et protéines, on obtiendra un yaourt plus crémeux. J'aime aussi utiliser le lait de brebis ou celui de chèvre, plus digestes que celui de vache. Quant au lait de soja, il est idéal pour les allergiques au lactose. Et pour créer des recettes surprenantes, pourquoi ne pas utiliser du lait de coco ou du lait de riz. J'ai imaginé de nombreuses recettes originales que vous trouverez dans le livret offert avec la yaourtière, comme par exemples, un yaourt « banana split », ou encore quelques idées de « yaourts tapas » colorés.

Est-ce meilleur pour la santé ?

Bien sûr, vous n'aurez pas les conservateurs, les additifs ou encore les arômes artificiels présents dans certains yaourts. Sachez qu'un seul pot de 250 g réalisé dans la yaourtière représente 50 % de l'apport journalier en calcium recommandé pour un enfant. Ceci est aussi l'occasion de transmettre aux futures générations le goût des bonnes choses.

« Je vais vous donner quelques secrets pour réaliser vous-même de délicieux yaourts aux saveurs variées »

LE YAOURT COMME UNE TATIN

Pour 6 pots de 25 cl ou 2 pots de 50 cl /
Prép. : 10 min / Temps de maturation : 9 h

50 cl de lait demi-écrémé
1 yaourt nature fermier de 140 g
3 cuil. à soupe de lait en poudre
35 cl de glace vanille
4 cuil. à soupe de sucre en poudre
4 pommes à cuire
1 cuil. à soupe de crème fraîche

● Eplucher et couper les pommes en dés. Faire un caramel à sec avec le sucre. Verser les dés de pomme et cuire 5 min en mélangeant de temps en temps. Ajouter la crème fraîche et cuire à nouveau 10 min à feu moyen. ● Verser un peu de mélange tiède au fond des pots de yaourt et réserver au frais. ● Faire fondre au four à micro-ondes la glace vanille. Ajouter le lait, la poudre de lait et le yaourt en fouettant, jusqu'à ce que le mélange soit parfaitement homogène. Verser le mélange dans les pots individuels. ● Placer les pots dans la yaourtière, sans les couvercles. Couvrir avec le couvercle transparent de la yaourtière et mettre l'appareil en marche. ● Régler la minuterie pour 9 heures. Lorsque les yaourts sont prêts, un signal sonore retentit et l'appareil s'arrête automatiquement. Placer les couvercles sur les pots et les déposer au réfrigérateur. Les yaourts se conserveront au réfrigérateur pendant 5 jours.

Conseil : vous pouvez réaliser une compote avec d'autres fruits comme la pêche ou l'abricot et remplacer la glace vanille par le parfum de glace correspondant au fruit choisi.

Photo : Isabelle Dorpe, Studio 1+1

COMMENT ÇA MARCHE

Pour fabriquer maison d'excellents yaourts crémeux et onctueux à souhait avec la yaourtière Cuisinart, rien de plus simple. Chauffez le lait dans une casserole, laissez tiédir, incorporez un yaourt nature et versez le tout dans les récipients fournis avec l'appareil. Il ne vous reste qu'à programmer le temps de préparation, la thermo-sonde garantie une température d'étuvage constante durant toute la durée du programme. Pots et couvercles en polycarbonate compatible avec le lave-vaisselle. Livré avec 6 pots de 250 ml, 2 pots de 500 ml, et un recueil de 20 recettes exclusives signées Philippe Lusseau.



L'AVIS DE PAUL BOCUSE

« Simple d'utilisation, fort peu dépensière en énergie, et surtout l'assurance d'un produit entièrement naturel, cette yaourtière m'a permis de retrouver l'onctuosité des yaourts de mon enfance, ceux que les crémeries de quartier disposaient sur des étals de rue à l'heure du laitier. »

