

YAOURTS AU LAIT DE SOJA

Avec de la confiture de myrtilles, parfum à décliner avec d'autres confitures de fruits, compotes ou simplement nature.

- 1 litre Lait de soja
- 1 pot confiture
- 1 yaourt nature



🕒 10 minutes
🍴 7 yaourts



1. Préparer 7 pots en verre pour yaourtière ou à la place des petits verres (si pas de yaourtière)



2. Verser le litre de lait de soja dans une casserole ou un récipient avec un bec verseur



3. Vider un yaourt au soja nature dans le lait



4. Mélanger le tout au fouet pendant quelques secondes



5. Remplir le fond des pots de yaourt avec de la confiture (1 à 2 cuillères à soupe)



6. Verser le lait de soja mélangé par dessus la confiture dans chacun des pots



7. Une fois les pots remplis, les fermer avec leur couvercle (ou filmer le cas échéant)



8. Placer les pots dans une yaourtière pour une durée moyenne de 10 heures selon la température de la pièce. Si les yaourts ne sont pas fermes au bout du temps, laisser dans leur yaourtière pendant quelques heures supplémentaires avant de mettre au frais.

Sans yaourtière c'est possible en plaçant les pots dans un four tiède qui a refroidi ou préchauffé à feu doux quelques minutes. Couvrir la grille du four avec un torchon pour protéger les pots si elle est trop chaude. Laisser dans le four fermé pendant plusieurs heures (ou une nuit entière) jusqu'à ce que la texture soit ferme.



10. Déguster les yaourts frais. Ici avec de la confiture d'abricots



11. Les ferments lactiques ont besoin d'un peu de sucre pour se nourrir et le yaourt sera encore plus ferme.