

LES PRODUITS LAITIERS : LES YAOURTS

1. DEFINITION

Le yaourt est un lait fermenté qui est obtenue après ensemencement par un mélange de 2 bactéries lactiques bien particulières. Il est préparé avec des laits écrémés ou non, pasteurisés ou stérilisés, éventuellement additionnés de poudre de lait (afin d'en améliorer la consistance).

Les deux bactéries que doit obligatoirement renfermer un yaourt sont : le streptococcus thermophilus et le lactobacillus bulgaricus. Au terme de la fermentation (à 45°C pendant environ 2 heures), le lait coagulé est devenu un yaourt contenant plus de 100 millions de bactéries lactiques vivantes par grammes.

2. CLASSIFICATION

Les yaourts sont classés d'après leur teneur en matière grasse, leur goût ou leur texture.

A. Selon leur teneur en matière grasse :

- yaourts maigres à moins de 1% de MG
- yaourts nature à 1% de MG
- yaourts au lait entier à 3,5% de MG

B. Selon le goût :

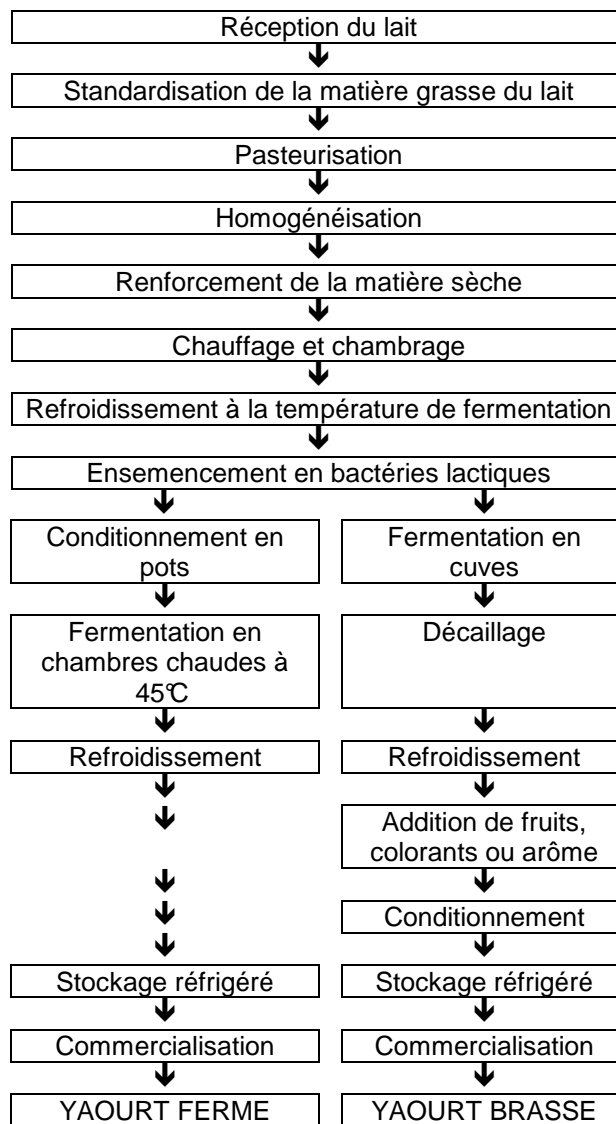
- yaourts nature
- yaourts sucrés
- yaourts aux fruits, miel, confiture (moins de 30% d'éléments ajoutés)
- yaourts aromatisés (arôme naturel ou de synthèse)
- yaourts bulgares
- yaourts fermes coagulés en pots (texture ferme et lisse)
- yaourts brassés (texture onctueuse)
- yaourts à boire (liquide)

REMARQUE

Mis à part les yaourts, il existe de nombreux types de laits fermentés :

- ⇒ Le lait ribot
- ⇒ Le kéfir
- ⇒ Le Koumis

3. SCHEMA DE FABRICATION DES YAOURTS



4. CONSERVATION

Les yaourts doivent être stockés en chambre froide à + 4°C maximum et consommés avant la DLC.

5. UTILISATIONS CULINAIRES

Les yaourts sont utilisés en cuisine en remplacement de la crème dans les recettes diététiques.