

Comment ça marche?

Pour maîtriser la conception des laitages, il est important de bien connaître le principe de la transformation de lait en yaourts ou en fromages frais.

Le yaourt est issu de la fermentation du lait. Pour que cette transformation se produise, il faut que le lait soit porté à une température de 45°C environ et que des ferments lactiques soient ajoutés à ce lait. Les ferments ont en effet besoin d'une tiédeur pour se développer. Le temps de préparation d'un yaourt est compris entre 8 et 10 heures. Pour le fromage blanc ou le fromage frais, ils sont obtenus à partir du lait mélangé avec un ferment lactique auquel on ajoute de la présure. La température de préparation est différente. Elle ne doit pas excéder 35°C pendant un temps compris entre 8 et 16 heures. La yaourtière Cuisinart® a été conçue pour s'assurer que les conditions optimales soient réunies pour la préparation de produits laitiers. Son rôle est donc de maintenir la température à 45°C ou à 35°C pour une période donnée afin que les ferments puissent se développer.

Le choix du lait

Tous les laits peuvent convenir à la réalisation de laitages. Votre yaourtière/fromagère les accepte tous. Leur choix dépendra donc de vos préférences personnelles et de la teneur en matière grasse qui influera directement sur la saveur, la texture et la valeur nutritive du produit final. Ainsi, les laitages les plus fermes sont ceux obtenus avec du lait entier.

Lait cru « lait de ferme » : il est conseillé de le faire bouillir pour tuer les bactéries néfastes.

Lait pasteurisé : il s'agit du lait le plus utilisé et donnant les meilleurs résultats, quelle que soit sa teneur en matière grasse.

Lait microfiltré : procédé qui permet d'éliminer les bactéries. Un goût proche du lait cru. Les vitamines sont mieux conservées et la durée de conservation au froid est plus longue que celle du pasteurisé.

Lait stérilisé U.H.T : il permet d'obtenir un yaourt relativement ferme et sans peau.

Lait de chèvre, de brebis : il se digère plus facilement que le lait de vache, on obtient des laitages moins fermes mais plus crémeux. On peut le mélanger au lait de vache pour un goût moins fort.

Lait de soja : assurez-vous d'utiliser du lait de soja U.H.T. qui contient l'un des ingrédients suivants: fructose, miel ou malt. Au moins un de ces ingrédients est absolument nécessaire pour la fermentation.

Lait en poudre ou lait concentré : ajouter au lait, il permet d'obtenir un yaourt ferme, plus riche en calcium et en protéines.

Le choix des ferments

Les ferments lactique : pour la fabrication des yaourts vous pouvez utiliser un yaourt au goût neutre au lait entier, un yaourt maison que vous venez de faire (répéter le processus minimum 6 fois), un levain à yaourt lyophilisé vendu en pharmacie ou en magasin bio (suivre les indications portées sur l'emballage). Pour la fabrication de fromage blanc ou faisselle, on utilise un petit-suisse, du fromage blanc ou une faisselle du commerce. Il existe aussi des sachets prêts à l'emploi pour fromage frais en magasin bio, ils contiennent des ferments lactiques et de la présure en poudre. On peut utiliser aussi le petit lait des tournées précédentes. Il se conserve environ 3 jours au frais.

La présure : on la trouve en pharmacie sous forme liquide, conditionnée en petit tube. Quelques gouttes suffisent au mélange. Elle se conserve au réfrigérateur. Il faut très peu la remuer dans le mélange. On peut utiliser aussi le jus de citron ou du vinaigre d'alcool. Le caillé obtenu est beaucoup plus important et compact. On peut utiliser aussi du nigari que l'on trouve en magasin asiatique. C'est du chlorure de magnésium en paillettes. Diluer 20 g de nigari dans 10 cl d'eau avant de l'utiliser. On trouve également le chlorure de magnésium en pharmacie.



Utilisation de la yaourtière/fromagère

- Verser 1 litre de lait de votre choix dans un récipient propre et sec. Le lait doit être à une température ambiante pour assurer un yaourt plus ferme.
- Ajouter le ferment de votre choix et mélanger délicatement. Le ferment apportera au lait les bactéries indispensables à la fermentation.
- Pour obtenir des yaourts plus fermes, ajouter une ou deux cuillères de lait en poudre ou bien 20 cl de lait concentré non sucré.
- En ajoutant du lait concentré sucré, votre yaourt aura une texture. En effet, en ajoutant le sucre dans un yaourt maison, on casse sa consistance.
- Verser le mélange dans les pots en verre propres et les placer sans les couvercles dans la yaourtière/fromagère.
- Fermer celle-ci puis mettre en marche.
- Sélectionner le mode yaourt et régler la durée de fermentation selon la recette.
- Lorsque la fermentation est terminée, mettre les couvercles sur les pots et les déposer au réfrigérateur.
- Attendre 5 heures au moins avant de les consommer.
- Vous pouvez garder les yaourts entre 7 à 8 jours dans votre réfrigérateur, mais il est plus agréable de les manger dans les 4 jours suivant la fabrication.

Comment faire son fromage frais

- Verser 1 litre de lait de votre choix dans un récipient propre et sec. Le lait doit être à une température ambiante pour assurer un fromage frais plus ferme (pas plus de 35°C).
- Ajouter le ferment de votre choix et mélanger délicatement. Le ferment apportera au lait les bactéries indispensables à la fermentation.
- Incorporer la présure de votre choix délicatement en mélangeant le moins possible.
- Verser le mélange dans les faisselles fournies. Elle devront être auparavant lavées et essuyées. Les placer sans les couvercles dans la yaourtière/fromagère.
- Fermer celle-ci puis mettre en marche.
- Sélectionner le mode fromagère et régler la durée de fermentation selon la recette.
- Lorsque la fermentation est terminée, mettre les couvercles sur les pots et les déposer au réfrigérateur en mode égouttage.
- Egoutter le fromage frais avant de le consommer. Suivre les recettes pour les différentes préparations.
De l'étamine vous sera utile pour certaines préparations. Plus le fromage frais obtenu est égoutté ou pressé, plus il sera sec.
- Attention : plus le lait contient de matières grasses, plus le fromage sera volumineux. Il sera difficile de préparer des fromages frais avec du lait écrémé.
- Vous pouvez garder les fromages blancs ou fromages frais entre 4 à 5 jours dans votre réfrigérateur, mais il est plus agréable de les manger dans les 2 jours suivant la fabrication.