Cappuccino au yaourt

13/03/2012 à 10h59

Par Laurence Benedetti

Temps de préparation : 5 min

Pour 1 personne(s)

Ingrédients :

- Vous pouvez utiliser du lait demi-écrémé UHT, mais évitez le lait écrémé car vos yaourts ne prendraient pas
- En cas d'intolérance aux produits laitiers, il est possible de réaliser vos yaourts avec du lait de brebis, du lait de chèvre (très léger, les yaourts seront plus liquides) ou du lait de soja
- Les ferments lactiques utilisés peuvent se trouver en pharmacie ou dans les magasins biologiques au rayon frais. Vous pourrez trouver dans ces derniers des ferments spécifiques permettant de réaliser des yaourts de soja, la préparation pour dessert fermenté au soja Natali®
- Un pot de la tournée précédente peut aussi vous permettre de réensemencer le lait

- Café soluble
- Extrait de vanille
- Edulcorant
- Carrés de chocolat noir

Préparation :

- **Avec une yaourtière :** elle permet de chauffer à une température idéale et offre le temps nécessaire pour une bonne prise de vos yaourts, c'est-à-dire une bonne fermentation. Mélangez 1 litre de lait à température ambiante avec un yaourt de la tournée précédente ou des ferments. Répartissez dans les pots et mettez en route votre yaourtière pour une durée de 6 à 15 heures selon la température de la pièce, le lait et le ferment utilisé.
- **Au four :** il faut **impérativement** régler la température à 40°C. Mélangez 1 litre de lait tiédi avec le yaourt de la tournée précédente ou les ferments. Répartissez dans les pots. Mettez au four. Au bout de 2 heures, éteignez votre four et laissez les yaourts sans les toucher et sans ouvrir la porte du four pendant 6 heures.

- Versez 2 cuillères à soupe de café soluble, 1 cuillère à café d'extrait de vanille et 1 cuillère à café d'édulcorant dans votre litre de lait de préparation;
- Mélangez bien;
- Au moment de servir, râpez 3 carrés de chocolat noir sur les yaourts.