

IOGURTE NATURAL XL



Bebés e crianças



728 MIN



FÁCIL



20 UNIDADES



YÄMMI 2

Ingredientes

- 2 l de leite
- 2 iogurtes naturais (250 g)

Preparação

- 1º** Misture o leite e os iogurtes na panela e programe 8 minutos a 50°C na velocidade 3.
- 2º** Envolve imediatamente a panela (com a tampa) numa manta polar ou cobertor e coloque-o dentro de um saco bem fechado (ou de um saco térmico, se tiver).
- 3º** Deixe repousar durante 12 horas, no mínimo. Depois de pronto, conserve no frigorífico.

Nota: Os iogurtes podem fazer parte da alimentação da criança a partir dos 9 meses.

Dica: O truque para fazer bons iogurtes é abafá-los bem. Durante a fermentação a panela não deve ser aberta nem mexida. Evite deixá-la num lugar frio da casa ou sujeita a oscilações de temperatura.

Dica: Opte pelo leite gordo ou meio gordo. Se usar leite magro deixe fermentar mais 1 hora. Para fazer iogurte açucarado, adicione açúcar a gosto no primeiro passo da receita. Se gostar do iogurte mais sólido adicione 2 colheres (sopa) de leite em pó.