



Bebés e crianças



911 MIN



FÁCIL



16 UNIDADES



YÄMMI 2

Ingredientes

- 2 l de leite gordo
- 250 g de iogurte natural
- 80 g de açúcar
- 100 g de leite em pó

Preparação

- 1º** Coloque na panela todos os ingredientes e misture 15 segundos na velocidade 4. De seguida, programe 10 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). Deixe repousar durante 12-13 horas.
- 3º** Após este tempo, coloque um pano de algodão fino dentro do cesto da panela. Coe o iogurte, deixando escorrer o soro cerca de 1-2 horas (com a ajuda de uma taça). Quanto mais tempo ficar a escorrer mais densa e cremosa será a textura do iogurte grego.
- 4º** Retire cuidadosamente para recipientes herméticos previamente esterilizados. Guarde no frigorífico até ao momento de consumir.

Nota: Embora seja diferente na aparência, textura e sabor, o iogurte grego é composto pelos mesmos ingredientes do iogurte tradicional. É mais concentrado, espesso e nutritivo.

Dica: Pode fazer o iogurte grego sem açúcar. Sirva-o com mel, compotas e cereais ou granola (consulte a receita no livro).