

**Les microbes utiles à l'humain**  
**Recette du yaourt super-bon**  
**Document complémentaire élève 3 (DCE3)**



1. Ajouter deux cuillères à soupe (30 ml) de lait en poudre écrémé à 500 ml de lait entier UHT.
2. Ajouter 1-2 cuillères à café (5-10 ml) de yaourt dans le mélange de lait.
3. Bien mélanger avec une cuillère préalablement stérilisée par de l'eau bouillante (ou très chaude).
4. Verser le mélange dans des récipients stérilisés.
5. Couvrir les récipients avec une feuille d'aluminium.
6. Laisse incuber le mélange au bain-marie à 32 – 43° pendant 9 à 15 heures jusqu'à obtenir la consistance souhaitée.