Yaourt entier fleur de rose / figues

Dessert

Note : 1

Portions :10 parts

Difficulté : 2

Temps de préparation :10 min

Temps de cuisson/repos :0 min

Calories par portion : 129.3 Kcal

Charge glycémique par portion: 11.137

Les ingrédients

- 1.0 l Lait entier
- 1.0 cc Fleur de rose
- 1.0 u Yaourt lait entier
- 25.0 gr Sucre
- 200.0 gr Confiture de figues

Rien de tel que de bons yaourts maison et surtout rien de plus simple à réussir. Il vous faudra cependant vous munir d'une yaourtière et d'un peu de patience. Cette recette se base sur la recette de yaourt vanille très simple à décliner en remplaçant l'extrait de vanille par de la fleur de rose bien moins onéreuse. Attention ayez la main légère sur la fleur de rose cela parfume énormément la préparation.

Préparation de l'appareil
Dans un blender verser le yaourt, le sucre, la fleur de rose et le lait entier. Mélanger le tout 1 min puis laisser reposer 15 min pour que la mousse disparaisse.

Confection des yaourts
Dans chaque pot verser 20gr de confiture puis verser l'appareil en inclinant les pots (pour éviter de mélanger la confiture avec le lait). Refermer les pots et les placer dans la yaourtière, laisser chauffer pendant 8-9 heures puis placer les yaourts au frais avec le capuchon.

Ici pas besoin de ferments lactiques supplémentaires (ils sont présents dans le yaourt de la préparation) ni de lait en poudre. La quantité de sucre dans la préparation a été ici réduite pour équilibrer le sucre apporté par la confiture. Le yaourt présente un gout légèrement acidulé contre-balancé par la confiture.