

logurte caseiro cremoso

🕒 Preparação 5 minutos ● Total 12 horas 12 porções

Ingredientes

ou

1 litro de leite de vaca desnatado

ou

4 colheres de sopa cheias de leite em pó desnatado [40 g]

ou

1 unidade pequena de iogurte natural desnatado [140 g]

ou

8 gotas de adoçante stévia pura [0 g]

Método de preparo

1

Misture o leite com o leite em pó: Em uma panela, coloque o 1 litro de leite e adicione as 40 g de leite em pó. Mexa bem até ficar homogêneo.

2

Aqueça: Leve essa mistura ao fogo baixo e aqueça até atingir temperatura morna (aprox. 40 °C – quente ao toque, mas sem queimar).

3

Adicione o iogurte: Retire do fogo, espere amornar um pouco se necessário, e misture o potinho de iogurte [integral ou desnatado], mexendo delicadamente. Se quiser, adicione as gotas de adoçante nesta etapa.

4

Fermentação no forno: Transfira a mistura para um recipiente de vidro ou plástico bem limpo, tampe ou cubra com pano limpo e coloque no forno desligado, apenas usando-o como local fechado e quentinho. Deixe descansar de 8 a 12 horas sem mexer.

5

Resfrie: Passado o tempo de fermentação, leve à geladeira por pelo menos 4 horas para ganhar firmeza e cremosidade.

6

Reaproveite: Guarde cerca de 150 ml do iogurte pronto em um potinho limpo e use como base para repetir a receita com mais 1 litro de leite (até 3 vezes).