



## Votre propre yaourt de coco

### Provisions

- Casserole
- Thermomètre alimentaire
- Bol à mélanger
- Bouteille thermos

### Ingrédients

- 1 boîte de lait de coco 400 mg.
- 2 capsules probiotiques pur sans additifs.

### Préparation

- Verser le lait dans une casserole et fouetter jusqu'à consistance lisse.
- Porter le lait à ébullition brièvement et enlever la casserole du feu.
- Insérer le thermomètre et laisser refroidir exactement entre 40 et 45 degrés.
- Mélanger les probiotiques dans le lait.
- Renverser le lait dans le thermos et conserver 8 à 12 heures dans une pièce échauffée.
- Renverser le yaourt dans une bouteille à vert et conserver dans le réfrigérateur.
- A consommer après en 6 heures dans le réfrigérateur.
- Peut se conserver une semaine dans le réfrigérateur.