

yo'gourmet™

La yaourtière
électronique



Comment faire le yogourt-maison
qui réussit les repas.

**La yaourtière
électronique YOGOURMET,
modèle "S"**

PRÉCAUTIONS IMPORTANTES

Lorsque des appareils électriques sont en fonction, des précautions élémentaires doivent être prises, dont celles-ci:

1. Lisez toutes les instructions.
2. Utilisez le C.A. seulement (60 cycles, 110 volts).
3. Ne touchez pas aux surfaces chaudes. Utilisez des poignées protectrices.
4. Pour éviter les dangers d'électrocution, n'immergez pas la corde, la prise ou l'appareil dans l'eau ou dans tout autre liquide.
5. Une surveillance étroite doit être exercée lorsqu'un appareil électrique est utilisé par ou près des enfants.
6. N'utilisez aucun appareil électrique dont la corde ou la prise est endommagée, ou qui fonctionne mal, ou qui a été endommagée de quelque façon. Retournez l'appareil au centre de service autorisé le plus près de chez-vous pour inspection, réparation ou ajustement.
7. Débranchez l'appareil lorsqu'il ne sert pas et avant de le nettoyer.
8. L'usage d'accessoires non recommandés par le manufacturier de l'appareil peut être dangereux.
9. N'utilisez pas en plein air.
10. Ne laissez pas la corde pendre sur le côté d'une table ou d'un comptoir, ou toucher une surface chaude.
11. Ne placez pas sur ou près d'un brûleur à gaz ou d'un élément électrique, ni dans un four allumé.
12. N'utilisez pas cet appareil pour un usage autre que celui prévu.

**CONSERVEZ CES
INSTRUCTIONS**

Sommaire

1. Cher client.....	2
2. Le yogourt: "Aliment de santé".....	3
3. La yaourtière électronique YOGOURMET.....	5
4. Les cultures YOGOURMET.....	7
5. Le choix du lait.....	8
6. Mode de fabrication du yogourt.....	9
7. Le fromage yogourt.....	11
8. Conseils utiles.....	12
9. Le yogourt: "Aliment de diète".....	15
10. Entretien de votre yaourtière.....	16
11. Garantie limitée.....	17

LYO-SAN Inc. 1

Cher client,

Félicitations! Vous venez d'acheter le meilleur système de fabrication-yogourt.

Nous sommes heureux de vous compter parmi les adeptes du vrai yogourt naturel YOGOURMET.

Afin de répondre à la demande de plus en plus importante en ce qui concerne la santé et les moyens de la conserver ou de l'améliorer, notre service de recherche a mis au point pour vous une yaourtière résistante, facile à opérer et de haute précision, grâce aux dernières techniques électroniques.

La yaourtière électronique YOGOURMET vous permettra, pendant des années, de fabriquer un yogourt-maison délicieux, sain et naturel. Elle seule, à cause de son mode d'opération, peut vous procurer ces avantages.

Enfin, vous pouvez vous délecter d'un aliment hygiénique et de grande qualité, tout en réalisant des économies substantielles.

LYO-SAN Inc.

Le yogourt: aliment de santé

Les origines du yogourt ou yaourt.

Dès les époques les plus reculées, en Europe orientale, en Arabie, en Afrique, au sud de l'Asie, on connaissait déjà un excellent aliment. On considérait cette nourriture comme ayant des propriétés de santé et de longévité. Cette recette magique était celle d'un lait fermenté. On la croyait capable de guérir toutes les maladies et de prévenir même des épidémies.

Les savants de tous les temps se sont intéressés aux propriétés de ce lait fermenté acide, que nous appelons aujourd'hui yogourt. Ceux du XIX^e siècle ont étudié les bienfaits de la présence des bactéries du yogourt dans le tractus intestinal de l'homme et des petits animaux. Ils ont considéré le yogourt comme le moyen naturel le plus efficace de combattre les infections intestinales et autres désordres organiques.

Contrôle scientifique Lyo-San

Aujourd'hui, Lyo-San, spécialisé dans le domaine des bactéries lactiques, a développé des souches de yogourt de race pure et résistante. Une sélection des différentes bactéries lactiques a été effectuée pour vous donner le meilleur yogourt.

La lyophilisation (séchage à froid) des bactéries lactiques assure la conservation de ce produit vivant. Notre procédé moderne permet enfin une fabrication ou production plus facile et sûre, sous forme de poudre: ce sont les cultures uniservices YOGOURMET.

LYO-SAN Inc. 3

Avantages.

Le yogourt possède des propriétés qui s'opposent au développement des bactéries indésirables. Il permet une bactériothérapie qui crée un intestin sain. Ce "traitement" empêche la multiplication des bactéries putréfactives ou nuisibles.

Cet aliment nutritif et hygiénique possède toutes les propriétés des constituants du lait qui a servi à sa fabrication. C'est un mélange équilibré de protéines, de glucides, de matières grasses, de minéraux et de vitamines. Une heure après sa consommation, il est presque totalement digéré, grâce à l'acide lactique et aux enzymes digestifs formés par les bactéries du yogourt au cours de la fermentation. Le yogourt se digère donc très rapidement tout en favorisant et accélérant la digestion des autres aliments. Le yogourt rétablit et conserve la flore intestinale normale et, de ce fait, combat efficacement la constipation et la diarrhée.

Toutes les propriétés bienfaites et la saveur agréable du yogourt contribuent à en faire un succès pour accompagner les plats salés autant que les desserts. La digestibilité du yogourt fait qu'il peut être mangé aux repas, entre les repas ou avant le coucher.

Le yogourt naturel YOGOURMET ne contient aucun additif chimique. Il peut en effet se conserver longtemps. Sa qualité repose entièrement sur son mode de fabrication.

La yaourtière électronique YOGOURMET

Votre yaourtière (ou yogourtière) électronique YOGOURMET est de conception unique.

Il existe d'autres façons de fabriquer votre yogourt-maison, mais, aucune, vraiment, ne peut vous permettre d'obtenir un yogourt de qualité égale à celle du yogourt YOGOURMET.

Voici les principes de base qui assurent la réalisation d'un yogourt sain, équilibré, naturel et délicieux:

- a) Une bonne incubation doit être maintenue à une température constante et favorable au développement des bactéries lactiques.
- b) Une durée d'incubation de quatre à quatre heures et demie permet une multiplication des différents types de bactéries pour obtenir un yogourt optimal.
- c) Une source fiable de culture bactérienne assure un parfait équilibre et élimine toute variante dans la fabrication du yogourt.
- d) Une yaourtière dont le contenant est facile à stériliser.

Votre yaourtière YOGOURMET remplit toutes ces exigences, et plus encore. Un enfant peut facilement préparer le yogourt familial, et se servir de son esprit créateur pour trouver mille façons de le présenter.

Les qualités de la yaourtière YOGOURMET reposent entièrement sur son contrôle électronique qui est le seul en son genre. Celui-ci ne permet qu'une infime variation de température et il est déjà précisé en usine à la température exacte, donc rien à régler.

LYO-SAN Inc. 5

Note importante:

Le petit témoin lumineux vous montre que votre yaourtière électronique fonctionne et amène l'ensemble à la température idéale pour la fabrication du yogourt. Le contrôle est tellement précis et sensible qu'il réagit à une variation de température. C'est pourquoi vous verrez sans doute la lumière rouge scintiller de temps en temps, alors que votre yaourtière YOGOURMET réagit instantanément pour corriger les plus petits écarts de température.

Si la lumière rouge ne s'allume pas, cela ne signifie pas que votre yaourtière est brisée — mais montre simplement que la température idéale pour la fabrication est déjà atteinte.

Les cultures YOGOURMET

Les cultures YOGOURMET sont offertes en enveloppes uniservices, c'est-à-dire que vous utilisez une enveloppe pour chacune de vos fabrications de yogourt. Et chaque enveloppe vous donne deux litres (2 pintes ou jusqu'à 70 oz.) de yogourt délicieux.

Les cultures YOGOURMET contiennent deux espèces de bactéries: streptococcus thermophilus et lactobacillus bulgaricus. Ces différentes bactéries lactiques se marient harmonieusement et se multiplient plus rapidement en association.

Au cours de l'incubation, la proportion de ces streptocoques et lactobacilles s'établit et se maintient à 50-50 ou 60-40. Pour un bactériologiste, c'est la marque d'un bon yogourt.

Les cultures YOGOURMET sont emballées dans des enveloppes scellées. Elles se rangent facilement et se conservent longtemps:

- à la température de la pièce: 1 an
- au réfrigérateur: 2 ans
- au congélateur: 3 ans

LYO-SAN Inc. 7

Choix du lait

Le goût varie légèrement du lait entier au lait écrémé, mais votre YOGOURMET vous donnera toujours un yogourt excellent. Vous pouvez même faire l'essai du lait de chèvre qui produit également un yogourt délicieux. Quelques conseils:

Stérilisez toutes les sortes de lait, sauf le lait stérilisé ou de longue conservation. Cette stérilisation est obtenue en faisant bouillir le lait ou en le chauffant jusqu'à au moins 82°C (180°F) pendant deux minutes (première étape des instructions). La stérilisation tue les quelques bactéries encore présentes dans le lait et détruit un enzyme inhibiteur de la fermentation du yogourt.

Le lait entier est celui qui contient le plus de gras. Plus dispendieux, il assure cependant un yogourt de grande consistance au goût plus fin.

Le lait écrémé sera le choix des personnes à la diète. Cependant, lorsque vous faites du yogourt, vous aurez peut-être à compenser sa faible teneur en solides. Ajoutez un quart de tasse de lait écrémé en poudre par litre (ou pinte, ou 35 oz.) en mélangeant bien avant de stériliser le tout. Vous pouvez aussi ajouter une enveloppe de gélatine par deux litres (2 pintes ou 70 oz.). Faites lever la gélatine sur la surface du lait pendant environ cinq minutes, mélangez-la au lait et stérilisez ensuite le tout.

Le lait 2% offre un compromis entre le lait entier et le lait écrémé.

Le lait stérilisé ou de longue conservation peut être utilisé sans le faire bouillir car il a déjà été chauffé à ultra haute température. (U.H.T.)

Le lait en poudre Yogourmet présente plusieurs avantages: qualité exceptionnelle — facile d'utilisation — diététique — sans chauffage (pas de stérilisation nécessaire.)

Mode de fabrication



Suivez bien chacune des étapes.

1. Versez deux litres (2 pintes ou jusqu'à 70 oz.) de votre lait préféré dans une casserole. Chauffez (de préférence dans un bain-marie) jusqu'à 82°C (180°F) ou encore, jusqu'au point d'ébullition. Maintenez cette température pendant une minute ou deux.

2. Laissez tiédir le lait entre 43°-44°C (109°-112°F). Vous pouvez accélérer le refroidissement en plongeant la casserole dans l'eau froide. Brassez pendant le refroidissement.



3. Versez une petite quantité de lait tiédi dans un récipient. Mélanger avec le contenu d'une enveloppe uniservice de culture YOGOURMET.

suite à la page 10 →

LYO-SAN Inc. 9

4. Verser le lait tiédi dans le contenant de 2 litres. Ajoutez le mélange de lait et de culture que vous avez préparé au point 3. Brassez de nouveau pour bien disperser la culture dans le lait.



5. Après avoir versé de l'eau tiède dans la yaourtière électronique YOGOURMET, branchez. Placez le contenant intérieur dans la yaourtière électronique YOGOURMET, et couvrez. Laissez incuber de quatre à quatre heures et demie, ou jusqu'à consistance désirée.

6. Placez le contenant intérieur au réfrigérateur, environ huit heures. Votre yogourt est prêt à faire les délices de la famille. Conservé au froid, il gardera son bon goût de trois à quatre semaines.



Remarque: Pour obtenir un yogourt plus consistant, ajoutez une demi-tasse de lait en poudre à votre lait froid. Mélangez bien, puis suivez chacune des étapes du mode de fabrication.

Vous pouvez également ajouter une enveloppe de gélatine (10 grammes). Faites lever la gélatine dans un peu de lait (environ cinq minutes), mélangez-la à votre lait froid et suivez ensuite chacune des étapes.

Le fromage yogourt.

Votre yaourtière électronique YOGOURMET vous permet de fabriquer chez vous un fromage extraordinaire dont votre famille se réglera.

Méthode de fabrication domestique:

1. Méthode de fabrication identique à celle de votre yogourt (pas de gélatine).
2. Après incubation normale, placer un linge de coton, préalablement ébouillanté, dans un récipient. Verser le caillé sur la pièce de coton. Joindre les bouts pour former un sac et le suspendre pour égoutter jusqu'à l'obtention d'un caillé solide, soit environ 7 heures.
3. Retirer le caillé du sac, ajouter du sel au goût et travailler légèrement le caillé avec une cuillère ou une spatule.
4. Déposer le fromage dans un récipient approprié ou dans plusieurs petits récipients. Réfrigérer. Votre fromage-maison est prêt à être consommé.
5. Au gré de votre fantaisie, ajouter du piment rouge ou vert, des oignons, de la ciboulette, de l'ail, des champignons, de l'ananas, des noix ou tout autre condiment.

LYO-SAN Inc. 11

Conseils utiles.

1. Si après incubation normale, le yogourt n'est pas d'une consistance semblable à celle d'une crème épaisse, les points suivants sont à vérifier:
 - a) La qualité du lait. Le lait utilisé pour la fabrication du yogourt, même le lait en poudre, doit être aussi frais que possible. N'utilisez jamais un lait après la date "meilleure avant" indiquée sur le contenant.
 - b) Introduction de la culture de yogourt alors que le lait est trop chaud. Une température trop élevée (plus de 50°C ou 122°F) détruit la culture. Vérifiez la température du lait avec un thermomètre de précision avant d'y introduire la culture de yogourt.
 - c) Température d'incubation trop élevée. Ceci ne devrait jamais arriver avec une yaourtière YOGOURMET, puisque notre appareil contrôle la température de façon précise et la maintient au niveau idéal de 43°-44° (110°-112°F).
 - d) Introduction de la culture de yogourt alors que le lait est trop froid. Rappelez-vous que vous pouvez faire ceci avec votre YOGOURMET mais que vous devez alors laisser incuber plus longtemps. Commencez à calculer le temps seulement après que le témoin lumineux se soit éteint pour la première fois.

Important

Au moment de l'incubation, si la température du lait est inférieure à 43°-44°C (110°-112°F), la yaourtière électronique Yogourmet, avec son contrôle électronique et l'élément chauffant de 65 watts, stabilisera le degré de chaleur du lait et la période d'incubation ne variera que de peu.

Le tableau ci-dessous vous permettra de compenser les variations de température du départ d'incubation par la durée d'incubation; avantage unique à la yaourtière YOGOURMET, obtenu par son contrôle de température électronique avant-gardiste.

Température au départ de l'incubation

Température au départ de l'incubation	Période d'incubation
40°-44°C (104°-112°F)	4.00 hrs à 4.30 hrs.
30°C (85°F)	4.30 hrs à 5.00 hrs.
20°C (68°F)	5.00 hrs à 5.30 hrs.
10°C (50°F)	5.30 hrs à 5.45 hrs.
5°C (40°F)	5.45 hrs à 6.00 hrs.

NOTE: Ce tableau s'applique aussi lorsque vous utilisez un lait de longue conservation (U.H.T.) ou le lait écrémé en poudre Yogourmet.

2. Si votre yogourt n'est pas homogène (formation de sérum) ou est d'une texture granuleuse:

- Le lait était légèrement trop chaud lorsque vous y avez introduit la culture de yogourt.
- La période d'incubation a été trop longue.
- La culture de yogourt n'a pas été suffisamment mêlée lorsqu'elle a été introduite dans le lait.
- L'addition de gélatine (voir remarque à la suite du mode de préparation) diminuera de beaucoup la formation de sérum.

LYO-SAN Inc. 13

3. Une fois la fabrication du yogourt terminée, quelques précautions vous permettront de prévenir la formation de sérum dans votre produit fini:

- Autant que possible, évitez d'agiter le yogourt. Voici pourquoi vous devriez conserver le yogourt dans le contenant intérieur qui a servi à sa fabrication.
- Retirer le yogourt de son contenant de façon aussi égale que possible. De grandes marques de cuillères à la surface du yogourt encourageront la séparation du liquide.

4. Si vous désirez entreprendre une deuxième fabrication de yogourt alors qu'il reste encore du yogourt dans votre contenant, vous trouverez des contenants intérieurs supplémentaires avec couvercles chez votre représentant.

Le yogourt: aliment de diète

Le yogourt YOGOURMET est une bonne source de protéines et contient peu de gras. C'est une nourriture que sauront apprécier les personnes à la diète. Ce tableau montre des faits intéressants.

Une tasse (8 onces) de yogourt, fait avec:	Protéines	Gras	Hydrates de carbone	Calories
Lait entier	8.9 g	8.8 g	12.0 g	159
Lait partiellement écrémé (2%)	8.9 g	4.5 g	12.5 g	124
Lait écrémé	8.9 g	0.2 g	13.0 g	89
Lait en poudre écrémé (instant)	11.5 g	0.5 g	16.5 g	114
Lait en poudre écrémé Yogourmet	10.5 g	0.2 g	14 g	90

g = grammes.

Une demi-tasse de lait en poudre ou une enveloppe de gélatine (10g) ajoutée à votre lait froid (avant de le chauffer) donnera plus de consistance à votre yogourt. La demi-tasse de lait écrémé en poudre ajoutera environ 14 calories à chaque portion de 8 onces de yogourt. La gélatine ajoutera environ 4.5 calories par portion.

LYO-SAN Inc. 15

Entretien

Pour conserver l'apparence originale de votre yaourtière, nous vous suggérons:

- d'essuyer l'intérieur et l'extérieur de l'appareil après chaque utilisation.
- d'utiliser un savon doux avec un linge humide pour le nettoyage des taches plus résistantes (ne jamais employer de poudre à récurer).
- de ne pas exposer inutilement votre yaourtière au soleil ou près d'une source de chaleur vive.
- de ne pas immerger votre appareil dans l'eau (ou autre liquide) car cela pourrait causer de sérieux dommages au circuit électronique.

GARANTIE LIMITÉE

LYO-SAN Inc. vous félicite d'avoir choisi sa yaourtière de haute qualité.

Cette yaourtière est garantie par LYO-SAN Inc. contre toute défectuosité de matériel ou de fonctionnement pendant la période d'un an qui suit la date d'achat. Pourvu que cet appareil ait été utilisé normalement et entretenu conformément aux instructions incluses, il sera réparé ou remplacé sans frais par LYO-SAN Inc., l'appareil défectueux devant être retourné à notre bureau, dont l'adresse apparaît sur la carte de garantie, les frais de transport ayant été préalablement assumés par le client. Cette garantie ne s'applique pas dans le cas d'un appareil ayant subi un emploi abusif ou un accident, ou ayant été modifié de quelque façon que ce soit.

CETTE GARANTIE REMPLACE EXPRESSÉMENT TOUTE AUTRE GARANTIE EXPRIMÉE. LES GARANTIES IMPLICITES SERONT LIMITÉES À LA DURÉE DE LA PÉRIODE DE GARANTIE. LYO-SAN Inc. NE SERA EN AUCUN CAS RESPONSABLE DE DOMMAGES ACCIDENTELS OU INDIRECTS. CERTAINES PROVINCES OU ÉTATS NE PERMETTENT PAS DE RESTRICTIONS QUANT À LA DURÉE D'UNE GARANTIE IMPLICITE OU NE PERMETTENT PAS L'EXCLUSION OU LA RESTRICTION DES DOMMAGES ACCIDENTELS OU INDIRECTS, ET LES RESTRICTIONS ET EXCLUSIONS CI-HAUT MENTIONNÉES NE S'APPLIQUENT PEUT-ÊTRE PAS DANS VOTRE CAS. CETTE GARANTIE VOUS DONNE DES DROITS LÉGAUX PRÉCIS ET VOUS POUVEZ AUSSI AVOIR D'AUTRES DROITS, VARIANT DE PROVINCE EN PROVINCE OU D'ÉTAT EN ÉTAT.

Lyo-San Inc., 500 Boul. de L'Aéroparc, C.P. 596, Lachute, Qué., Canada J8H 4G4

Printed in Canada

LYO-SAN Inc. 17

Le secret de la remarquable yaourtière électronique Yogourmet

