



MONDO ROSA SHOKKING

[REGISTRATI](#) | [LOGIN](#)
[HOME](#) [ATTUALITÀ](#) [CULTURA](#) [SPETTACOLO](#) [FOOD & WINE](#) [MRSOCIAL](#) [MODA](#) [EXTRAS](#)
 SEARCH


Yogurtista di Virginia Repetto

Tante ricette ed indicazioni utili per autoprodurre lo yogurt ed utilizzarlo in cucina



di [Laura Argelati](#)

Pubblicato venerdì, 12 luglio 2019

Rating: 5.0 Voti: 1

Vota:



Courtesy of Nomos edizioni

Per combattere il caldo estivo, per una pausa golosa durante tutto l'anno, per iniziare la giornata con una colazione sana, lo yogurt è un perfetto alleato.

Anche a casa è possibile dedicarsi alla sua produzione senza difficoltà, per gustare un alimento ancor più genuino: per realizzarlo bastano solo due ingredienti cioè latte ed uno starter, ovvero ciò che innesca la fermentazione del latte. Può trattarsi di uno yogurt ricco di fermenti lattici oppure di questi ultimi reperibili in commercio. **Per la preparazione** può essere utilizzata una yogurtiera oppure fare in modo che i barattoli stiano al caldo avvolgendoli in un panno di lana o di altro materiale caldo.

Si può scegliere di preparare una versione classica con latte vaccino oppure di utilizzare una bevanda vegetale, di realizzare uno yogurt greco più compatto, di arricchirlo con frutta, aromi, confetture.

Una volta pronto, come utilizzare lo yogurt? In semplicità accompagnandolo con frutta e cereali, impiegandolo in sostituzione di altri latticini come panna, burro, mascarpone o formaggio spalmabile, frullandolo assieme alla frutta per uno smoothies sano e goloso.

E ancora, in **decine di ricette dolci oppure salate:** in una focaccia con yogurt ed erbe aromatiche, per mantecare un risotto a fine cottura, in quiche o crostate salate, come marinatura per carni, in vellutate di verdura, in muffins, plumcake, tartellette, torte e dessert al cucchiaino.

In "Yogurtista" di Virginia Repetto edito da Nomos Edizioni troverete indicazioni di preparazione e tante ricette per rendere omaggio ad un ingrediente tanto semplice quanto versatile.

amazon.it



Yogurtista.
Yogurt fatto in...

EUR 16,91

Acquista ora

10 giugno 2019, Nomos edizioni

Pagine 112

Prezzo di copertina €19,90

Tag: [Yogurtista](#), [Virginia Repetto](#), [Nomos Edizioni](#), [Yogurt](#), [Autoproduzione](#), [Fatto in casa](#), [Ricette](#)

Commenti

Di' la tua