

E
R
A
S
M
U
S
+

JOGURT NATURALNY

Potrzebne produkty:

3 litry mleka, 60 g cukru, 150 g mleka w proszku, kultury bakterii probiotycznych (1 saszetka/2l mleka)

Receptura jogurtu:

1. Do gotującego się mleka wsyp 150g mleka w proszku oraz 60g cukru i wymieszaj.
2. Zdejmij mleko z kuchenki, gdy osiągnie temp. 98°C.
3. Ostudź mleko do temp. 42°C.
4. Dodaj kultury bakterii probiotycznych i wymieszaj.
5. Wlej mleko do wysterylizowanych słoików.
6. Słoiki wstaw do piekarnika rozgrzanego do temp. 50°C na nie mniej niż 9 godzin.
7. Ostudź jogurt, wstawiając go do lodówki.

+ niskotłuszczowy + probiotyczny
+ niskokaloryczny + w 100% naturalny

E
R
A
S
M
U
S
+

JOGURT NATURALNY

Potrzebne produkty:

3 litry mleka, 60 g cukru, 150 g mleka w proszku, kultury bakterii probiotycznych (1 saszetka/2l mleka)

Receptura jogurtu:

1. Do gotującego się mleka wsyp 150g mleka w proszku oraz 60g cukru i wymieszaj.
2. Zdejmij mleko z kuchenki, gdy osiągnie temp. 98°C.
3. Ostudź mleko do temp. 42°C.
4. Dodaj kultury bakterii probiotycznych i wymieszaj.
5. Wlej mleko do wysterylizowanych słoików.
6. Słoiki wstaw do piekarnika rozgrzanego do temp. 50°C na nie mniej niż 9 godzin.
7. Ostudź jogurt, wstawiając go do lodówki.

+ niskotłuszczowy + probiotyczny
+ niskokaloryczny + w 100% naturalny

E
R
A
S
M
U
S
+

JOGURT NATURALNY

Potrzebne produkty:

3 litry mleka, 60 g cukru, 150 g mleka w proszku, kultury bakterii probiotycznych (1 saszetka/2l mleka)

Receptura jogurtu:

1. Do gotującego się mleka wsyp 150g mleka w proszku oraz 60g cukru i wymieszaj.
2. Zdejmij mleko z kuchenki, gdy osiągnie temp. 98°C.
3. Ostudź mleko do temp. 42°C.
4. Dodaj kultury bakterii probiotycznych i wymieszaj.
5. Wlej mleko do wysterylizowanych słoików.
6. Słoiki wstaw do piekarnika rozgrzanego do temp. 50°C na nie mniej niż 9 godzin.
7. Ostudź jogurt, wstawiając go do lodówki.

+ niskotłuszczowy + probiotyczny
+ niskokaloryczny + w 100% naturalny

JOGURT NATURALNY

Potrzebne produkty:

3 litry mleka, 60 g cukru, 150 g mleka w proszku, kultury bakterii probiotycznych (1 saszetka/2l mleka)

Receptura jogurtu:

1. Do gotującego się mleka wsyp 150g mleka w proszku oraz 60g cukru i wymieszaj.
2. Zdejmij mleko z kuchenki, gdy osiągnie temp. 98°C.
3. Ostudź mleko do temp. 42°C.
4. Dodaj kultury bakterii probiotycznych i wymieszaj.
5. Wlej mleko do wysterylizowanych słoików.
6. Słoiki wstaw do piekarnika rozgrzanego do temp. 50°C na nie mniej niż 9 godzin.
7. Ostudź jogurt, wstawiając go do lodówki.

+ niskotłuszczowy + probiotyczny
+ niskokaloryczny + w 100% naturalny

E
R
A
S
M
U
S
+

JOGURT NATURALNY

Potrzebne produkty:

3 litry mleka, 60 g cukru, 150 g mleka w proszku, kultury bakterii probiotycznych (1 saszetka/2l mleka)

Receptura jogurtu:

1. Do gotującego się mleka wsyp 150g mleka w proszku oraz 60g cukru i wymieszaj.
2. Zdejmij mleko z kuchenki, gdy osiągnie temp. 98°C.
3. Ostudź mleko do temp. 42°C.
4. Dodaj kultury bakterii probiotycznych i wymieszaj.
5. Wlej mleko do wysterylizowanych słoików.
6. Słoiki wstaw do piekarnika rozgrzanego do temp. 50°C na nie mniej niż 9 godzin.
7. Ostudź jogurt, wstawiając go do lodówki.

+ niskotłuszczowy + probiotyczny
+ niskokaloryczny + w 100% naturalny

E
R
A
S
M
U
S
+