

Fiche de conversion

pour le lait fermenté *Nutrinor*



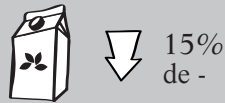
Babeurre



Gâteau, muffins, pain maison



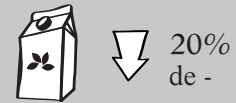
Yogourt



Muffins, smoothie, marinade pour viande, trempette
ajouter un texturant comme purée de légumineuses ou un amidon modifié



Crème sure



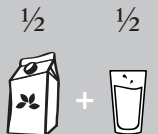
Vinaigrette, pâtisserie



Lait



Smoothie, gâteau, muffins



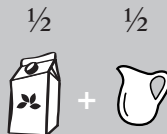
Pain doré et pudding au pain, purée de pomme de terre, sucettes glacées aux fruits



Crème



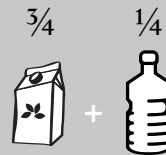
Vinaigrette



Quiches, crème glacée maison, pudding, mousse-dessert (avec gélatine)
à l'exception de recettes haute en température



Huile végétale



Muffins, gâteau, crêpes, gaufres



Dans certaines vinaigrettes crémeuses



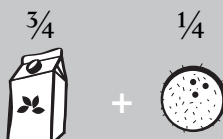
Kéfir



Smoothie, muffins, etc.



Huile de coco




Muffins, gâteau, pain aux fruits ou légumes (banane, courgettes, etc.)




Beurre



Muffins, crêpes, gaufres, gâteau

 *Yogourt* : Si l'on remplace, dans une trempette pour légumes ou autre, le yogourt par le lait fermenté nordique biologique, la texture reste trop liquide. Alors il faut ajouter un élément pour épaissir la recette (purée de légumineuses, légumes ou autre).

 *Crème* : Dans les préparations à très haute température (exemples : sucre à la crème, bonbons, caramel) le lait fermenté nordique biologique ne tient pas. On n'obtient pas la même texture que la crème régulière.

* À l'exception de l'utilisation pour la cuisson.

- Ne pas remplacer plus d'un produit dans une même recette.
- Lorsqu'utilisé dans une préparation sucrée ou de dessert, il faut vérifier le goût du sucre pour compenser la touche acidulée qu'apporte le lait fermenté nordique biologique.

