

■ LE LAIT ET LES PRODUITS LAITIERS ■

Définition

Ce qu'il faut retenir.

- **Le lait** est le produit intégral de la traite totale et ininterrompue d'une femelle laitière bien portante, bien nourrie et non surmenée...
 - Le lait est classé selon sa teneur en matières grasses, emballages jaunes pour le lait cru, rouges pour le lait entier, bleus pour le lait ½ écrémé et verts pour le lait écrémé...
 - Le lait est également classé selon le mode de transformation, cru, pasteurisé, stérilisé, stérilisé U.H.T., concentré, en poudre...
- **Le yaourt**, connu depuis 2000 ans, est un produit fermenté par deux bactéries lactiques, elles vont lui donner sa saveur, ses arômes et caractéristiques nutritionnelles, elles doivent rester vivantes dans le produit fini...
- **La crème** est le produit de l'écrémage centrifuge du lait, le lait contient environ 35 à 45 grammes de lipides au litre. Dans un premier temps, la crème est liquide et douce, elle va se transformer (maturer) grâce aux bactéries lactiques présentes ou ajoutées. Certains additifs sont autorisés. Elle est commercialisée crue, fraîche liquide ou épaisse, avec une A.O.C., stérilisée liquide, allégée ou sous forme de préparation à base de crème pour la pâtisserie par exemple...
- **Le beurre** est le produit du barattage de la crème, il contient 82 % de matières grasses, 16 % d'eau et 2 % de matières sèches. Aucun additif n'est autorisé pour le beurre mis à part le sel, il faut 22 litres de lait pour fabriquer un kilogramme de beurre. Il est commercialisé cru, extra-fin et fin, A.O.C. concentré, allégé...
- L'appellation **fromage** est réservée aux produits fermentés ou non, affinés ou non obtenus à partir de matières laitières par coagulation et égouttage. Il existe des fromages frais, à pâte molle et à croûte fleurie, à pâte molle et à croûte lavée, des fromages de chèvre, des pâtes persillées, des pâtes pressées non cuites, des pâtes pressées cuites, des fromages fondus...
- La diffusion est le mouvement des petites molécules contenues dans les aliments (substances sapides et aromatiques, colorantes, vitamines et minéraux...) du milieu le plus concentré vers le milieu le moins concentré. C'est cette propriété qui explique les phénomènes constatés lors des marinades, cuissons au court bouillon, départ à l'eau froide ou à l'eau chaude...