

Iogurtes Infinitos

Use o sachê de 10 g em 200 ml de leite para ativar sua cultura. Conheça o preparo e compare as referências de temperatura de Bulgaricus, Amasi e Caspian Sea.



Seu mapa de cultivo

- Todos: sachê de 10 g + 200 ml de leite na ativação
- Bulgaricus: perfil termofílico
- Amasi e Caspian: referências mesofílicas
- Reserve iogurte natural para continuar o cultivo

Antes de começar



Prepare a bancada

- Pote de vidro limpo de capacidade maior que 200 ml
- Colher limpa, cobertura e etiqueta da variedade
- Termômetro culinário e local com temperatura estável
- Para Bulgaricus, equipamento adequado a manter calor controlado

Separe os ingredientes

- Um sachê de 10 g da variedade escolhida
- 200 ml de leite integral UHT ou pasteurizado, recém-aberto
- Água e sabão para lavar mãos e utensílios
- Frutas, açúcar ou mel somente depois do cultivo e da reserva

Use um sachê de 10 g em 200 ml de leite para ativar cada variedade. Bulgaricus precisa de calor controlado; Amasi e Caspian Sea usam temperatura ambiente estável. As faixas de temperatura e tempo são referências de cultivo, variam conforme a atividade da cultura e não aprovam o lote apenas pela aparência. Se o sachê trazer uma indicação diferente, priorize-a.



10 g + 200 ml para cada variedade

A dose inicial é 10 g em 200 ml de leite para as três variedades. Compare a temperatura e o tempo de cultivo. O ponto depende da atividade da cultura; priorize uma orientação diferente que conste no seu sachê.

Bulgaricus

Termofílico · 42–43 °C · Cerca de 8 horas; primeiro lote pode levar até 18 horas

Cultura que usa calor controlado. Meça a temperatura do leite e do ambiente de incubação. Não coloque o pó no leite quente além do limite do rótulo.

Amasi

Mesofílico · 20–25 °C · 24–48 horas

Cultura de leite fermentado que pode resultar mais cremosa ou bebível. Mantenha a temperatura ambiente estável.

Caspian Sea

Mesofílico · 20–25 °C · 24–48 horas

Cultura de textura suave que pode ser menos firme que um iogurte termofílico. Confira o perfil do sachê recebido.

Passo a passo ilustrado



1 • Prepare o leite

1. Identifique o sachê: Bulgaricus, Amasi ou Caspian Sea. Trabalhe com uma variedade por pote.
2. Separe 200 ml de leite integral UHT ou pasteurizado, recém-aberto.
3. Lave as mãos e higienize pote, colher e termômetro. Deixe o material adequado para contato com alimentos.

ATENÇÃO: A ativação é o primeiro lote feito com o sachê desidratado. Não use leite cru sem tratamento.



2 • Ajuste a temperatura

1. Confira primeiro a temperatura e o prazo no rótulo ou na ficha do seu sachê.
2. Faixas de referência: Bulgaricus, 42–43 °C; Amasi e Caspian Sea, 20–25 °C.
3. Aqueça ou resfrie o leite até a temperatura autorizada para a cultura. Meça com termômetro.
4. Organize o local de incubação para manter essa faixa estável.

ATENÇÃO: Mantenha o controle com termômetro. Se a ficha do sachê trazer uma faixa diferente, priorize a condição indicada para o seu lote.

Continue o cultivo



3 • Inocule o sachê

1. Adicione os 10 g do sachê aos 200 ml de leite preparado.
2. Misture delicadamente com uma colher limpa até distribuir o pó e desfazer os grumos.
3. Cubra conforme a instrução recebida, protegendo o leite de poeira e insetos.
4. Identifique variedade e horário de início. Evite mover o pote durante a fermentação.

ATENÇÃO: Não aqueça o pó diretamente nem o coloque no leite ainda muito quente: calor excessivo pode comprometer a cultura.



4 • Acompanhe o primeiro lote

1. Mantenha o leite na temperatura da sua variedade e acompanhe dentro do prazo da ficha.
2. Acompanhe o ponto: Bulgaricus em torno de 8 horas, podendo levar até 18 no primeiro lote; Amasi e Caspian Sea, entre 24 e 48 horas.
3. Observe se o leite muda de consistência; o resultado pode ser firme, cremoso ou bebível conforme a cultura.
4. Anote temperatura, tempo e aparência para comparar os próximos lotes.

ATENÇÃO: O tempo depende da atividade da cultura e da temperatura. Aparência sozinha não aprova o consumo. Não prolongue indefinidamente uma ativação que falhou.

Continue o cultivo



5 • Refrigere e reserve

1. Ao atingir o ponto previsto na ficha, leve o pote à geladeira.
2. Com utensílio limpo, separe uma porção natural para o próximo lote antes de adicionar açúcar ou frutas.
3. Guarde a reserva identificada, refrigerada e protegida em recipiente limpo.
4. Adoce ou saborize somente a porção que será consumida.

ATENÇÃO: Não use um lote com mofo, cor inesperada ou cheiro de deterioração para consumo nem para repique. Não prove para testar.



6 • Faça o repique

1. No próximo lote, use uma porção de iogurte natural ativo com leite novo; não adicione novamente 10 g de pó a cada preparo.
2. Para iniciar novos lotes, use como referência aproximadamente 1 colher de sopa de iogurte natural ativo por 1 litro de leite; confira a proporção indicada no seu sachê.
3. Mantenha a temperatura apropriada e acompanhe o ponto, conforme a ficha de cultivo da loja Kefir do Rio de Janeiro.
4. Use uma reserva recente, refrigerada, sem sabor e com menos de 7 dias.

ATENÇÃO: A proporção de repique é diferente da dose inicial de 10 g + 200 ml. Não repique um lote com sinais de deterioração.



A dose e a temperatura da sua variedade

Use a dose inicial de 10 g em 200 ml. Compare as faixas de cultivo e acompanhe o ponto com termômetro.

Variedade	Ativação	Perfil	Temperatura de referência	Tempo de referência
Bulgarius	10 g + 200 ml de leite	Termofílico	42–43 °C	~8 h; primeiro lote até 18 h
Amasi	10 g + 200 ml de leite	Mesofílico	20–25 °C	24–48 h
Caspian Sea	10 g + 200 ml de leite	Mesofílico	20–25 °C	24–48 h

Confira a instrução da embalagem se houver uma orientação diferente.

Dúvidas do cultivo

Como ativo meu sachê de 10 g?

Separe 200 ml de leite integral UHT ou pasteurizado, ajuste a temperatura da sua variedade e misture todo o sachê de 10 g. Cubra, identifique e acompanhe o ponto. A dose inicial de 10 g + 200 ml é a mesma para Bulgaricus, Amasi e Caspian Sea.

Qual é a diferença entre ativação e repique?

Ativação é o primeiro lote com o pó desidratado. Repique é o lote seguinte, feito com leite novo e uma porção natural do iogurte já ativo. A dose do pó não é a proporção de repique.

Qual temperatura uso no Bulgaricus?

Use calor controlado. A faixa de referência é 42–43 °C, com acompanhamento em torno de 8 horas. O primeiro lote pode levar até 18 horas. Meça com termômetro e priorize uma indicação diferente que conste na embalagem.

Qual temperatura uso no Amasi e no Caspian Sea?

Mantenha temperatura ambiente estável, usando a faixa de referência de 20–25 °C. Acompanhe a fermentação entre 24 e 48 horas. Evite iogurteiras que aquecem a 42 °C para essas variedades.

O primeiro lote ainda está líquido. O que faço?

Confira a temperatura medida, a validade do sachê, o leite e o prazo da ficha. Algumas culturas podem resultar mais bebíveis, mas aparência sozinha não aprova o consumo. Se ultrapassar o prazo indicado sem evoluir, não espere indefinidamente: consulte a loja Kefir do Rio de Janeiro.

Posso usar uma iogurteira para todos?

Uma iogurteira com calor controlado pode servir ao Bulgaricus se mantiver a temperatura autorizada. Equipamentos que só aquecem a cerca de 42 °C não correspondem à referência mesofílica de 20–25 °C para Amasi/Caspian Sea. Confira a regulação real e a ficha.

Preciso usar os 10 g de pó em todos os lotes?

Não. Os 10 g em 200 ml são usados na ativação. Depois use iogurte natural já ativo para repicar com leite novo. A referência inicial de repique é 1 colher de sopa por litro; confira a proporção indicada no seu sachê.

Como guardo a reserva para o próximo lote?

Retire a reserva com colher limpa antes de adoçar ou saborizar, identifique e mantenha refrigerada. Use uma porção recente e siga o prazo de conservação e a recomendação de repique da ficha de cultivo da loja Kefir do Rio de Janeiro.

Posso colocar açúcar, frutas ou mel na ativação?

Mantenha o preparo inicial e a reserva naturais. Acrescente sabores depois, na porção de consumo, para conservar uma reserva de cultura sem ingredientes extras.

Apareceu mofo ou cheiro estranho. Posso aproveitar?

Não consuma, não prove e não repique um lote suspeito. Descarte a cultura e o leite afetados; higienize o material e procure orientação antes de reiniciar. Remover só o ponto visível não torna o lote adequado.

Que leite devo usar? Leite cru serve?

Prefira leite integral UHT ou pasteurizado, recém-aberto. Leite cru contaminado pode causar doenças alimentares. A fermentação não substitui o tratamento adequado do leite.

Logurte infinito nunca precisa ser substituído?

O nome descreve a possibilidade de continuar por repiques. A continuidade depende da vitalidade da cultura, do armazenamento e da higiene. Não aproveite uma reserva suspeita para manter o cultivo.