

Le viili

(Texte et photos : Bernadette Talbot)
(Présentation : Jean-Loup Chaumet)

Introduction :

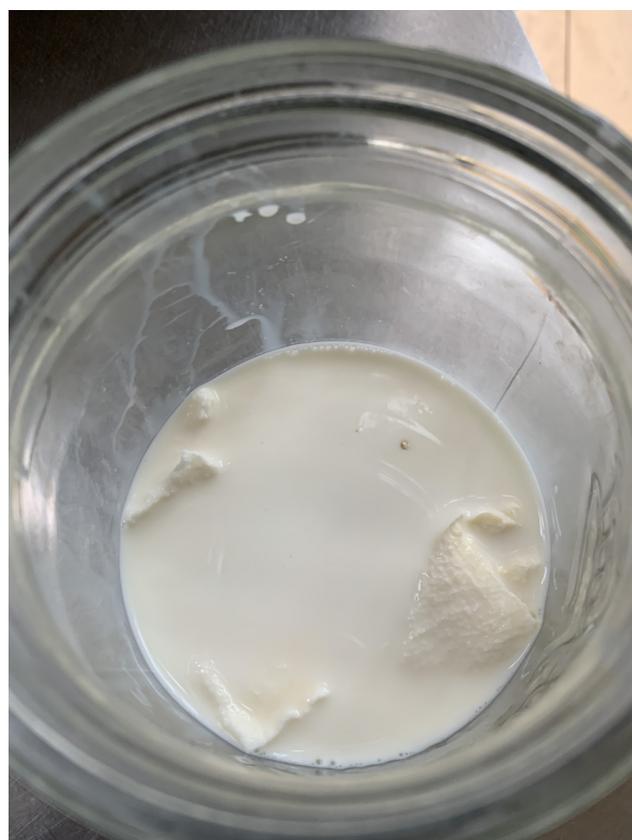
- Le viili, originaire de la Finlande, est un yaourt fermenté au lait de vache, à la saveur très douce, peu acide, et à la texture filante.
- Le viili est une variété mésophile de lait fermenté.
- Le viili est réputé pour la santé : effets anti-hypertension, anti-oxydants, anti-inflammatoires, immunitaire.
- Comme le kéfir de lait est entouré de kéfiran, le viili est entouré de viilian.
- Le viili se prépare à température ambiante et dans un bocal en verre fermé hermétiquement.



Réalisation du yaourt viili :

A réception d'une souche viili (bandelette imprégnée de viili déshydraté), mettre celle-ci dans 200 ml de lait frais ; la bandelette doit bien être immerger dans le lait.

Fermer le bocal hermétiquement.
Attendre 24 à 48 h afin que le viili soit pris (tout dépend de la température ambiante).



A noter : avec du lait entier UHT bio, on obtient un très bon viili.

Utilisation de la bandelette : on peut utiliser la bandelette deux fois ; ensuite, elle est à jeter.

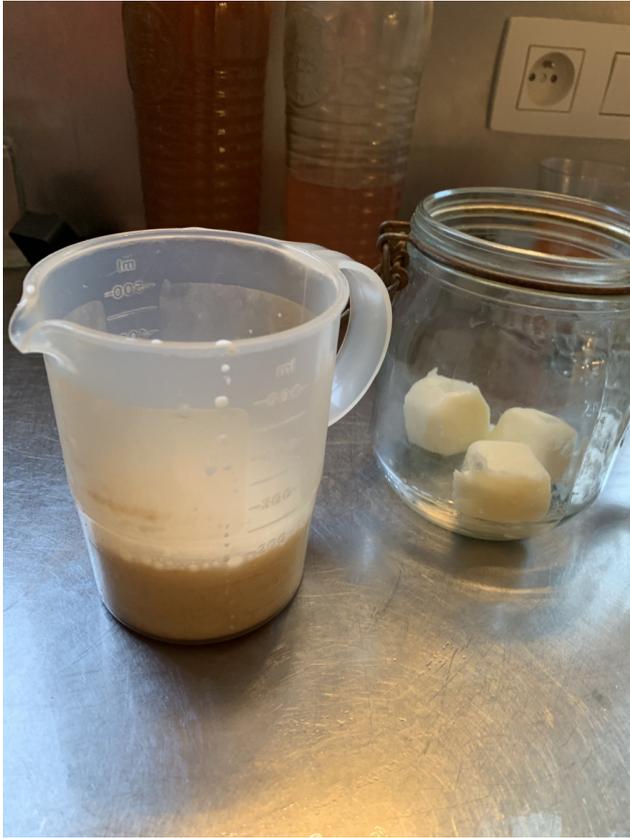
Les étapes suivantes : prendre une grosse cuillère de viili ; la mettre dans 200 ml lait dans un bocal en verre fermé hermétiquement ; après 24 à 48 h, le viili est prêt à être dégusté.

Vous pouvez recommencer l'opération indéfiniment.



Sauvegarder le viili :

On peut faire des glaçons de viili ; on a ainsi toujours une réserve de viili, prêt à l'emploi : mettre 2 glaçons avec 200 ml lait dans un bocal en verre fermé hermétiquement, attendre 24 à 48 h pour obtenir un bon viili à déguster.



Nota Bene :

1 - toutes ces opérations se font à température ambiante.

2 - Le viili est très délicat ; il faut le tenir éloigné des bocaux avec souches et bocaux avec grains afin qu'il ne soit pas contaminé.

Bonne dégustation.

Comment envoyer une souche villi :

1) Acheter une compresse alimentaire (grandes surfaces ou magasins d'ustensiles de cuisine), au rayon de confitures ou des compresses achetées en pharmacie.

Mesures de la bandelette : 25 cm / 8 cm.

2) Imbiber la bandelette (1 à 2 c à s de villi) ; la déposer sur une feuille de papier sulfurisé.

3) Faire sécher la bandelette imbibée de villi, soit à température ambiante, soit dans le four avec lumière allumée (porte ouverte), soit dans un déshydrateur. Attention : ne pas dépasser les 30 degrés car cela va tuer les bonnes bactéries et levures.

4) Dès que la bandelette est sèche, la mettre dans un sac de congélation et elle est prête pour l'envoi (dans une enveloppe normale allongée et timbrée avec un timbre prior) ou don en mains propres.

Si pas envoi, garder la bandelette dans le sac de congélation, dans la porte du frigo, éloignée des kéfirs (contaminations) ; elle se garde +/- 3 mois dans le frigo.