

## LES PRODUITS LAITIERS

Les Desserts  
lactés

## Présentation du produit

La règle fondamentale pour obtenir l'appellation de dessert lacté : le produit doit contenir au moins 50 % de lait, qui peut être entier, écrémé ou demi-écrémé. Dans certains cas, on utilise même du lait en poudre, du lait concentré ou des protéines de lait. Dans la plupart des cas, les desserts lactés contiennent presque 75 % de lait.

Ces produits regroupent 14 catégories : les laits emprésurés aromatisés (lait caillé aromatisé), les laits gélifiés aromatisés (laits avec ajout de sucre et d'additifs alimentaires), les laits gélifiés avec crème fouettée, les crèmes desserts (lait avec ajout de crème et d'additifs alimentaires), les mousses (lait fouetté avec ajout de sucre, d'additifs alimentaires, avec ou sans crème ou œufs), les crèmes brûlées (crème, matière grasse 30 %, œufs 10 %, sucre, aucun gélifiant autorisé), les îles flottantes (blancs en neige 10 %, crème anglaise, jaunes d'œufs 7 %), les gâteaux de riz (lait, riz 10 %, œufs 5 %), le gâteau de semoule (lait, semoule 7 %, œufs 5 %), les œufs au lait (œufs 15 %, lait, sucre), les flans aux œufs (lait, sucre, œufs 5 %), les crèmes caramel (œufs 15 %, crème 3 %, caramel 6 %), le riz au lait (riz 8 %, lait, sucre), les crèmes aux œufs (crème 15 %, œufs 10 %).

À ces produits peuvent être ajoutés des gélifiants, des arômes et des épaississants. Ces derniers ont pour objectif d'augmenter la bonne tenue et la texture du produit. Enfin, une règle importante : le dosage de ces ingrédients ne doit pas dépasser 2 % en poids du produit fini.

Les desserts lactés cuits sont plus faciles à digérer. Certains, comme le yaourt, sont consommés tels quels ou utilisés comme un ingrédient à part entière en cuisine. La teurgoule, de la famille des gâteaux de riz, est un dessert lacté typique de Normandie.



## Histoire

Le saviez-vous ? La recette du petit-suisse a été inventée... en Normandie ! Vers les années 1850, un employé suisse d'une laiterie normande a l'idée d'ajouter de la crème à la pâte d'un fromage fermier. On baptise ce produit « petit-suisse » en mémoire de son inventeur.

## Nutrition

Doux, sucrés, aromatisés, aux fruits ou nature... de par leur diversité, les desserts lactés permettent de combler facilement les besoins journaliers en produits laitiers qui sont de 3 à 4 par jour. Ils favorisent la digestion lorsqu'ils contiennent des ferments lactiques. Les desserts lactés dits frais doivent être consommés dans les 20 jours qui suivent la fabrication. Pour les autres, la date limite de consommation est en règle générale de 30 à 60 jours. Ces produits laitiers sont bénéfiques pour la santé car très riches en calcium, fondamental pour la croissance, la fortification et le renouvellement des os, et utile aux dents. Ils contiennent également des protéines lactières, des vitamines D et B qui assurent le bon développement et le fonctionnement des systèmes nerveux,

musculaire et immunitaire.

Un yaourt apporte en moyenne 15 à 20 % des apports recommandés en calcium par jour. Il ne faut jamais jeter le liquide en surface des yaourts ou autres desserts lactés, car c'est dans ce liquide que l'on retrouve les éléments nutritifs. Autre atout nutritionnel : le yaourt permet d'alléger les glaces et de les consommer différemment et avec un goût nouveau.

Quant aux additifs alimentaires, ils permettent d'avoir une gamme de produits en couleurs et en saveurs très riche.

## Métiers : éleveur et mouleur

## À la ferme

Élever des bovins, c'est une attention de chaque instant ! Du matin au soir, l'éleveur surveille les vaches et prend soin d'elles. Il les nourrit, leur donne à boire... Toute l'année, il vit au rythme des animaux et des saisons. En automne, c'est le retour à l'étable et le sevrage des veaux. L'hiver, c'est la saison du vêlage et dès le printemps, les animaux retrouvent les pâturages tandis que l'éleveur pense déjà au prochain hiver et prépare les stocks de fourrage... Une vie bien réglée !

## De la ferme à la laiterie

Comme tous les produits issus de la transformation du lait, les desserts lactés commencent leur cycle de fabrication par la collecte et le traitement du lait. Celui-ci, collecté dans les fermes laitières, est acheminé vers des laiteries qui se chargeront de le stocker, de l'analyser pour vérifier sa qualité et de le traiter par pasteurisation (le lait est chauffé pendant 2 secondes à 140 °C).

## À chacun son lait !

Les desserts lactés sont composés à 50 % minimum de lait. Toutefois, dans la plupart d'entre eux, le pourcentage de lait s'élève à 75 %. Ces desserts peuvent être fabriqués à partir de différents types de laits : entier, demi-écrémé, écrémé (pour les desserts plus légers), en poudre, concentré ou sous forme de protéines de lait. Si à la maison, vous avez tendance à sortir votre litre de lait demi-écrémé stérilisé UHT de votre réfrigérateur pour faire vos desserts, dans l'industrie alimentaire, le lait est utilisé sous bien des formes.

## Les techniques de fabrication

Il existe de nombreux types de desserts lactés et donc de nombreuses façons de les fabriquer. Le lait demeure l'ingrédient essentiel de cette fabrication. Le mélange obtenu avec les autres ingrédients pourra être soumis à différents traitements :

- **Pour la glace**, le mélange lait, sucre et arômes sera foisonné, c'est-à-dire battu fortement, pour donner un mélange plus homogène et aéré. Il sera ensuite congelé.
- **Les crèmes aux œufs** (crèmes caramel, îles flottantes et crèmes brûlées) sont cuites au four ou au bain-marie.
- **Les desserts foisonnés ou les mousses** sont vigoureusement battus afin d'obtenir leur texture légère et aérienne.
- **Les crèmes desserts** sont composées de gélifiants et d'épaississants qui leur donnent cette texture.
- **Les laits dits emprésurés** sont des laits caillés sous l'effet de la présure. Ils donnent des desserts acidulés, contrairement à la plupart des yaourts.
- **D'autres desserts lactés** sont soumis à d'autres nouveaux procédés de fabrication, comme le riz au lait, les clafoutis ou les gâteaux de semoule. L'industrie alimentaire innove chaque jour en proposant de nouveaux desserts lactés sains et gourmands.

