

PASTEURISATION PAR CHAUFFAGE RAPIDE



1

Mettre le lait dans un bocal en verre résistant à la chaleur. La quantité de lait doit être comprise entre 50 ml et 150 ml. Si il y a plus de lait, diviser en 2 pots.



2

Placer le pot de lait dans une petite casserole d'eau. Assurer que l'eau est à environ deux doigts au-dessus du niveau du lait afin que tout le lait soit bien chauffé.



3

Chauffer l'eau sur un feu très chaud ou sur le plus haut niveau de la poêle jusqu'à ce qu'elle atteigne une ébullition à gros bouillons (lorsque l'eau a de grosses bulles). Rester à proximité car cela ne devrait prendre que quelques minutes. Laisser l'eau bouillir trop longtemps endommagera certains des nutriments contenus dans le lait.



4

Retirer le pot de lait de l'eau bouillante immédiatement après que l'eau arrive à ébullition. Placer le bocal dans un récipient d'eau froide ou laisser refroidir jusqu'à ce qu'il atteigne la température ambiante.



5

Protéger le lait pendant qu'il refroidit par placer un couvercle propre ou une petite assiette dessus.

Il est sécuritaire de nourrir un bébé avec ce lait ans les 6 heures.

Noter que cette méthode n'a été étudiée que dans le contexte du VIH. Son efficacité sur les autres pathogènes est, à ce jour, théorique.