



Des ingrédients froids, bien équilibrés et une recette adaptée au programme choisi = RÉUSSITE !



MILKSHAKE



CRÈME GLACÉE



YAOURT GLACÉ



COCKTAIL



GRANITÉ / SLUSHY

## 1 MILKSHAKE



### Objectif Texture

- ✓ Fluide
- ✓ Froide
- ✓ Légèrement mousseuse
- ✓ Non glacée dure

### BASE TYPE (pour ~1 litre)

- 650 ml lait entier
- 150 g yaourt nature
- 90 g sucre
- 50 ml crème (optionnel)
- 100 g parfum (fruit / sirop...)

### CE QU'IL FAUT RETENIR

- Lait = la base
- Sucre = le goût et la souplesse
- Yaourt/Crème = le corps et l'onctuosité
- Parfum = le plaisir

### IMPACT DES VARIATIONS

- + Sucre → plus souple et moins glacé
- + Yaourt → plus épais
- + Crème → plus onctueux
- + Parfum → goût plus intense
- + Lait → plus fluide

## 2 CRÈME GLACÉE



### Objectif Texture

- ✓ Onctueuse
- ✓ Fondante
- ✓ Lisse
- ✓ Crémeuse
- ✓ Non cristalline

### BASE TYPE (pour ~1 litre)

- 450 ml lait entier
- 300 ml crème entière
- 90 g sucre
- 40 g sirop de glucose
- 20 g sucre inversi
- 15 g lait en poudre
- 100 g parfum (vanille, chocolat...)

### CE QU'IL FAUT RETENIR

- Lait = la base
- Crème = l'onctuosité
- Sucre = la souplesse
- Glucose/Inverti = texture pro
- Parfum = le plaisir

### IMPACT DES VARIATIONS

- + Sucre → plus souple
- + Crème → plus onctueux
- + Lait → plus légère
- + Glucose/Inverti → moins de cristaux
- + Parfum → plus intense

## 3 YAOURT GLACÉ



### Objectif Texture

- ✓ Frais
- ✓ Léger
- ✓ Onctueux
- ✓ Lisse
- ✓ Légèrement aérien

### BASE TYPE (pour ~1 litre)

- 500 g yaourt grec
- 220 ml lait entier
- 90 g sucre
- 30 g glucose
- 10 ml citron
- 150 g fruits (coulis ou purée)

### CE QU'IL FAUT RETENIR

- Yaourt = la base
- Sucre = la texture
- Glucose = la souplesse
- Fruits = la fraîcheur

### IMPACT DES VARIATIONS

- + Yaourt → plus épais
- + Sucre → plus souple
- + Fruits → goût plus intense (mais risque de cristaux si trop d'eau)
- + Glucose → texture plus lisse

## 4 COCKTAIL



### Objectif Texture

- ✓ Glacée
- ✓ Fluidifiée
- ✓ Givrée
- ✓ Rafraîchissante
- ✓ Semi-liquide

### BASE TYPE (pour ~1 litre)

- 500 ml jus (ananas...)
- 150 ml lait de coco
- 120 ml alcool (rhum...)
- 120 ml sirop / sucre
- 50 ml eau très froide
- 10 ml citron vert

### CE QU'IL FAUT RETENIR

- Jus = la base
- Alcool = la souplesse
- Sucre = la texture
- Agrumes = le peps

### IMPACT DES VARIATIONS

- + Alcool → plus souple
- + Sucre → moins cristallin
- + Jus → plus de goût
- + Citron → plus frais
- + Eau → plus cristallin

## 5 GRANITÉ / SLUSHY



### Objectif Texture

- ✓ Cristaux visibles
- ✓ Granuleuse
- ✓ Très rafraîchissant
- ✓ Semi-liquide
- ✓ Givrée

### BASE TYPE SIROP DU COMMERCE (pour ~1,2 L)

- 1000 ml eau
- 200 ml sirop de fruits

### BASE TYPE MAISON 100% FRUITS (pour ~1 litre)

- 700 ml jus de fruits frais
- 180 ml eau
- 100 g sucre
- 10 ml citron

### CE QU'IL FAUT RETENIR

- Eau = les cristaux
- Sucre = la souplesse
- Fruit = le goût
- Citron = la fraîcheur

### IMPACT DES ÉLRIATIONS

- + Sirop/Sucre → plus souple
- + Eau → plus cristallin
- + Fruit → plus de goût
- + Citron → plus frais

### ASTUCES UNIVERSELLES

- Utilisez des ingrédients très froids
- Mixer pour une texture plus fine
- Laisser mûrir au frais (2 à 4 h) pour encore plus d'onctuosité
- Une pincée de sel rehausse les saveurs

### COMMENT CHOISIR VOTRE PROGRAMME ?



**MILKSHAKE**  
Boisson onctueuse et mousseuse



**CRÈME GLACÉE**  
Textures riches et crémeuses



**YAOURT GLACÉ**  
Léger, frais et légèrement acidulé



**COCKTAIL**  
Cocktails glacés et givrés



**GRANITÉ / SLUSHY**  
Granités cristallins et rafraîchissants

### RAPPEL DES ÉLÉMENTS CLÉS

- ÉQUILIBRE = la clé du succès
- FROID = indispensable
- QUALITÉ DES INGRÉDIENTS = goût
- ADAPTATION AU PROGRAMME = résultat parfait