

- *acidité trop forte ou insuffisante* : l'acidité dépend de la composition (effet tampon), du taux d'ensemencement, de l'activité des ferments, de la présence éventuelle d'inhibiteurs ou de bactériophages, de la conduite de la fermentation (température et durée) et des vitesses de réfrigération (postacidification) ;
- *goût levuré* : la contamination par des levures peut générer des goûts fruités et d'alcool ;
- *goût de rance* : il est dû à la contamination par des germes lipolytiques ;
- *goût oxydé* : il peut apparaître dans le cas d'une mauvaise protection contre la lumière (pot en verre) ou en présence de métaux catalyseurs d'oxydation (fer, cuivre) ;
- *goût de moisi* : il peut résulter de l'emploi de fruits de mauvaise qualité (moisissures) ;
- *goût de cuit* : cette caractéristique due à la réaction de Maillard se développe dans le cas de traitements thermiques intenses ;
- *absence d'arôme* : il provient en général d'un déséquilibre de la flore (trop de streptocoques) résultant soit de la qualité des levains, soit des conditions d'incubation.

1.3. Intérêts nutritionnels et « thérapeutiques » du yaourt

Un pot de yaourt nature possède la même valeur nutritive qu'un verre de lait (tableau 3) :

- protéines : 4 à 5 % ;
- lipides à un taux variable ;
- glucides : 5 à 20 % selon qu'il soit nature ou sucré.

Au cours de la fermentation, la composition du lait subit un certain nombre de modifications. Certaines de ces modifications en font un produit de meilleure valeur nutritionnelle que le lait.

► AMÉLIORATION DE L'ABSORPTION DU LACTOSE

Le lactose est l'élément le plus concerné par ces modifications puisque 30 % du lactose est transformé en galactose et acide lactique par action des bactéries lactiques. La présence de bactéries lactiques vivantes dans le yaourt permet une meilleure assimilation du lactose chez les personnes déficientes en lactase. Deux hypothèses ont été avancées afin d'expliquer ce phénomène :

- induction par les bactéries vivantes de l'activité lactique de la muqueuse intestinale ;
- libération de lactase (ou galactosidase) lors de la destruction des bactéries lactiques pendant le transit ; cette enzyme serait libérée dans l'intestin grêle et garderait une activité permettant l'hydrolyse du lactose pendant au moins 12 heures.

► AMÉLIORATION DE LA DIGESTIBILITÉ DES PROTÉINES

Le yaourt est plus digeste que le lait non fermenté et contient deux fois plus d'acides aminés libres : cette propriété résulte du traitement thermique, de l'acidification, et de l'activité protéolytique des bactéries.