

Est-ce du lait ?

Plusieurs personnes font des allergies au lait animal et du coup sur le marché on trouve de plus en plus d'autres variétés de lait. Mais qui n'ont QUE la dénomination de „lait“ car ne s'agissant pas de lait animal, il n'est pas considéré comme tel ! Pour être exact, il faudrait les appeler „boissons végétales“ !

Entoure les „faux“ lait :

lait de soja

lait de brebis

lait de vache

lait de chèvre

lait de coco

lait de riz

lait d'amande

lait d'épeautre

Comment sont produits ces boissons ? Complète le nom :

lait de soja	lait de riz	lait d'amande	lait d'épeautre
est une boisson à base de graines de soja.	est fabriqué à base de riz.	est faite à base d'amandes réduites en purée et d'eau.	élaboré à base d'épeautre (une variété ancienne du blé)

Le savais-tu ?

... certaines personnes ne tolèrent pas le lait de vache et par ce fait, font des allergies aux produits laitiers. Leurs corps ne digèrent pas certains ingrédients du lait.

... certains animaux ne tolèrent pas le lait de vache (par ex. le hérisson). Fais attention si tu nourris des animaux !

... les bébés ne devraient pas boire de lait de vache dans leur 1ère année. Il existe des laits spéciaux pour bébés !

