

Pasteurisation du lait maternel à domicile

nourrir
la vie

D'après l'Academy of breastfeeding, il est possible de pasteuriser le lait maternel à domicile en suivant cette méthode:

1. Mettre le lait maternel dans un contenant en verre résistant à la chaleur. Ne pas utiliser de contenant en plastique.
2. La quantité de lait devrait être entre 50 et 150 ml par contenant. Utiliser plusieurs contenants au besoin.
3. Placer les contenants dans une casserole remplie d'eau. La quantité d'eau doit couvrir d'au moins 2 doigts la quantité de lait maternel dans les contenants. Ainsi, le lait maternel est complètement recouvert d'eau pour bien le chauffer.
4. Chauffer l'eau à feu élevé, jusqu'à ébullition (formation de grosses bulles).
5. Lorsque l'ébullition est atteinte, retirer les contenants et les placer dans un autre plat vide ou rempli d'eau froide jusqu'à ce que le lait maternel atteigne la température de la pièce. Placer un couvercle sur les contenants pendant le refroidissement pour protéger le lait de l'air libre.
6. Le lait maternel peut être donné dans les 6 heures suivantes. Sinon, réfrigérez-le ou congelez-le..

