

الالبان المتخمرة هي عبارة عن منتجات حليبية تكون البكتريا لوحدها أو بالاشتراك مع بعض الخمائر عند اضافتها للحليب احدثت تخمر لاکتیکي كنتاج اساسي لعملية التخمير . بالاضافة إلى تكون أحماض طيارة كحول وغازات ويتم التخمير بظروف معينة، واستخدام هذه الالبان قديم جداً . وللبن الرائب قيمة غذائية مرتفعة فهو يحتوي على جميع مكونات الكالسيوم باستثناء اللاكتوز الذي تحول إلى حامض لاکتیک والذي يساعد على امتصاص الاضطرابات المعوية والامساك. وفي الاتحاد السوفيتي يستخدم اللبن المعروف باسم الكوميس كاحد المكونات الاساسية لغذاء مرض السل . ويمكن اضافة بادئات لها القدرة على تخليق بعض