

Kefirko Organic Kombucha Starter

100ml

Živý organický kombucha starter je symbiotická kultura bakterií a kvasinek, která fermentuje cukr a čaj a přeměňuje je na osvěžující, na probiotika bohatou a přirozeně jemně perlivou kombuchu.

Jak připravit kombuchu

Základní poměr (na 1 litr kombuchy):

10 % kombucha starteru (100 ml) + SCOBY

20 % silného sladkého čaje (200 ml)

70 % studené vody (700 ml)

50 g cukru na 1 l celkového objemu tekutiny

Postup krok za krokem:

Připravte silný čaj z:

200 ml vroucí vody

2 čajových sáčků nebo 2 lžiček sypaného čaje (černý nebo zelený)

Přidejte 50 g cukru a míchejte, dokud se zcela nerozpustí.

Nechte čaj louhovat 5–15 minut (podle druhu čaje), poté odstraňte čajové lístky nebo sáčky.

Přidejte 700 ml studené vody, aby se čaj zředil.

Horký čaj může SCOBY poškodit, příliš studený čaj může fermentaci zpomalit.

Přidejte 100 ml kombucha starteru a SCOBY. Pokud SCOBY ještě nemáte, starter jej během fermentace vytvoří.

Zakryjte nádobu prodyšnou látkou nebo použijte fermenter Kefirko se vzduchovým filtrem. Nádobu neuzavírejte vzduchotěsně – fermentace potřebuje přístup vzduchu. Dbejte na to, aby se dovnitř nedostaly mušky nebo nečistoty.

Nechte fermentovat při 21–25 °C po dobu 7–12 dní.

Vyšší teplota = rychlejší fermentace; nižší teplota = pomalejší.

Ochutnávat můžete začít od 5. dne. Jakmile nápoj dosáhne vámi preferované rovnováhy mezi sladkou a kyselou chutí, je hotový.

Po dokončení vyjměte SCOBY, 10 % tekutiny si ponechte jako starter pro další várku a kombuchu buď uložte do lednice, nebo pokračujte druhou fermentací.