

Félicitations pour votre nouvelle mère de kombucha!!!!

1. Prépare ton eau. Rempli une grande marmite de 3 litres d'eau et place-la sur le comptoir pour 24 heures afin de déchlorer. Le chlore s'évapore. Autrement, utiliser votre marque préférée d'eau minéral.
2. Fait votre thé. Utilise à peu près un tiers de votre eau déchlorée – les mesures exactes ne sont jamais requises quant à la fabrication du kombucha – fait du thé fort et sucré. Bouille l'eau, et puis éteint le brûleur. Laisser infuser 4-6 sachets de thé aussi longtemps que tu veux.

* Conseils pour la sélection du thé : le thé noir produit du kombucha beaucoup plus savoureux et je trouve que des arômes fruités sont mieux que des arômes tels que noisette ou thé Earl Grey. Les thés de menthe ne sont pas recommandés puisqu'ils peuvent avoir des effets négatives à la mère.

3. Ajoute 1 tasse de sucre blanc ou de rapadura (n'utilise PAS le miel puisque son effet antimicrobien tuera la mère après assez de temps) et mélange jusqu'à que le sucre s'est dissout. Enlève les sachets de thé et permet le thé à venir à une température ambiante. Ajoute le thé filtré au restant de l'eau déchlorée.
4. Ajoute la mère et son liquide. Délicatement, et toujours avec des mains propres, place la mère dans le bocal de thé sucré. Verse 1 tasse du kombucha déjà fait dans le bocal aussi. Parfois la mère coule et parfois elle flotte; n'importe quel est o.k.
5. Fait fermenter le thé. Couvre le bocal d'une étamine fine doublée pour protéger contre la poussière et de mouches de vinaigre. Place le bocal dans un endroit bien aéré et de lumière moyenne. (La lumière de soleil directe peut endommager le thé et des placards ne donnent pas assez d'air.) Attend 8-15 jours, goûte à chaque quelque jour.

La vitesse de la fermentation du thé dépend de la température ambiante de votre maison. Le kombucha devrait être un peu aigre. Si vous voulez du kombucha plus acide, laissez le fermenter plus longtemps. (Lorsque le temps passe, le pH du kombucha tombera, vous donnant un produit plus acide et moins sucré.) Si vous préférez plus sucré, vous devez embouteiller votre prochain lot plus tôt dans le processus.

6. Encourager les bulles. Une fois que le thé est fermenté à ton goût, transvaser-le en bouteilles qui se scellent très bien. Ceci causera le kombucha de fermenter même plus qui résultera à un produit très pétillant. Aromatiser votre deuxième fermentation en ajoutant des morceaux de fruits, du jus ou sirop de fruit, des bouts de gingembre, du jus de citron, des graines de chia, ou des épices, au bouteilles. Le ratio que nous utilisons est moitié kombucha, moitié jus de fruit. Laisse les bouteilles sur le comptoir pour environ 5-10 jours à température ambiante pour acquérir même plus de bulles, et puis après, mettez-les au réfrigérateur.
7. Servez votre boisson. Le kombucha est délicieux simplement avec de la glace, mais vous pouvez aussi le mélanger avec du vin pour une version intéressante du sangria, ou ajoutez du sirop de fruit si le thé est trop acide.
8. Sauver du kombucha vinaigré. Si vous vous trouvez avec du kombucha trop acide, vous pouvez le diluer avec de l'eau et l'utiliser comme un nettoyant domestique multi-usage. Vous pouvez aussi l'utiliser dans la douche pour des cheveux super brillant.
9. Recommencer. Répète le processus, sauvant 1-2 tasses de thé fermenté de chaque lot pour utiliser dans le prochain lot.

Si vous avez aucune questions, s'il-vous-plaît contactez-nous à : culturemother@sasktel.net