

RECETTE DE KOMBUCHA FACILE



MATERIEL NECESSAIRE

Un grand récipient à large ouverture de type jarre (4 l ou plus)
Tissu ou compresse et élastique pour couvrir cette ouverture
Cuiller en bois (jamais d'objet métallique en contact avec le kombucha)
Filtre ou passoire fine

INGREDIENTS

1 mère de kombucha et 350 ml culture liquide (en ligne ou dans votre communauté)
12 g de thé dans une mousseline
Une tasse de sucre
2,5 l d'eau filtrée + 500 ml d'eau bouillante

COMMENT FAIRE

1ère fermentation : placez le thé dans la jarre, faites bouillir 500 ml d'eau et versez dessus. Infusez 15mn.

Retirez le thé, ajoutez le sucre et remuez jusqu'à sa dissolution. Versez les 2,5 l d'eau, le thé est tiède.

Ajoutez la mère et sa culture liquide. Couvrez impérativement le récipient d'un tissu et le fixez avec l'élastique.

Laissez fermenter 10 à 15 jours à température ambiante, (24/27°) à l'abri de la lumière.

A partir du 5^{ème} jour, goûtez régulièrement. Quand le niveau de sucre et d'acidité est à votre goût il est temps de pratiquer l'aromatisation si c'est votre choix.

Mise en bouteille : vous aurez soin de mettre de côté la mère de kombucha dans 500 ml de liquide, pour la prochaine tournée. Placez cette mère dans un récipient hermétique et au frais.

Remplissez des bouteilles résistantes à la pression (risque d'explosion), avec le reste de liquide, en le filtrant.

2^{ème} fermentation : gardez ces bouteilles à température ambiante 2/3 jours, pas plus. Ensuite au froid.